Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE EL REFUGIO LA MILAGROSA Y LA ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA CONVENIO N. 06-2023

REFUGIO LA MILAGROSA
NIT: 890.480.108-4

PERIODO DEL 17 DE MAYO AL 16 DE JUNIO DEL 2023

CARTAGENA DE INDIAS

2023

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE EL REFUGIO LA MILAGROSA Y LA ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA CONVENIO N. 06-2023

Señores
ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA
CONVENIO N. 06-2023
Cartagena Bolívar

Me permito presentar informe de las actividades realizadas por los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa, durante la ejecución del convenio

INTRODUCCION

El presente informe pretende hacer una descripción detallada de las actividades desarrolladas en la Institución Refugio la Milagrosa según el plan integral de trabajo que comprende el periodo del 17 de mayo al 16 de junio del año 2023 con sus respectivos objetivos y evidencias que dan cumplimiento a dichas actividades ejecutadas por el equipo interdisciplinario de la Institución para atender a los adultos mayores que forman parte de este convenio.

En el "desarrollo de la actividad" puede encontrarse una descripción más detallada de las actividades realizadas por los Adultos Mayores, según la metodología de trabajo, teniendo en cuenta las actividades recreativas (manejadas con una metodología participativa, lúdica, creativa…) o formativas (la metodología es dinámica, interactiva, practico- teórico, talleres).

Para el desarrollo de las actividades los Adultos Mayores cuentan con el apoyo de un equipo interdisciplinario de recurso humano comprometido y capacitado debidamente con el acompañamiento y orientación en la ejecución de las mismas.

Finalmente se presenta el compromiso de asociación del 17 de mayo al 16 de junio del 2023 dando cumplimiento a las obligaciones contractuales entre el Refugio la Milagrosa y la Alcaldía Mayor de Cartagena con sus respectivas evidencias fotográficas y estadísticas por parte de los adultos mayores beneficiados en el presente convenio 06 del 2023.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

OBJETIVO GENERAL

Prestar servicios de atención integral a los Adultos Mayores del Refugio La Milagrosa, brindando a ellos una mejora en su calidad de vida y salvaguardando su dignidad a través de los servicios básicos: alimentación, vivienda, elementos de aseo personal, servicio de enfermería, médico general, psicólogo, fisioterapeuta, terapista ocupacional, servicios espirituales, todo esto para contribuir a la salud mental, física y espiritual de los beneficiarios de la Institución.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar alojamiento en condiciones dignas a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa que les permita un descanso tranquilo y una convivencia sana para el desarrollo de sus propias actividades.

- Suministrar una alimentación, sana, balanceada y nutritiva a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa teniendo en cuenta las patologías que manejan cada uno.

- Prestar atención primaria en salud a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa que contribuya a la prevención y atención de las enfermedades crónicas que le acompañan en su vejez mediante cuidados paliativos para favorecer su salud en todos sus niveles.

- Brindar programas terapéuticos a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa que contenga una variedad de actividades para mantener las habilidades remanentes motoras, cognitivas, formativas, espirituales, productivas y sociales.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

GRADO DE CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES ESPECÍFICAS:

ALIMENTACIÓN

Fecha: del 17 de mayo al 16 del 2022.

Tipo de actividad:
Preparación y suministro de alimentos según minuta diaria a 20 adultos mayores contemplado en el convenio

OBJETIVO: Brindar a los adultos mayores la alimentación adecuada, digna, y necesaria con el fin de contribuir en el proceso de envejecimiento, del mismo modo, procurar que las dietas nutricionales estén adaptadas a los estilos de vida de los pacientes de acuerdo a las patologías que se manejen dentro de la Institución.

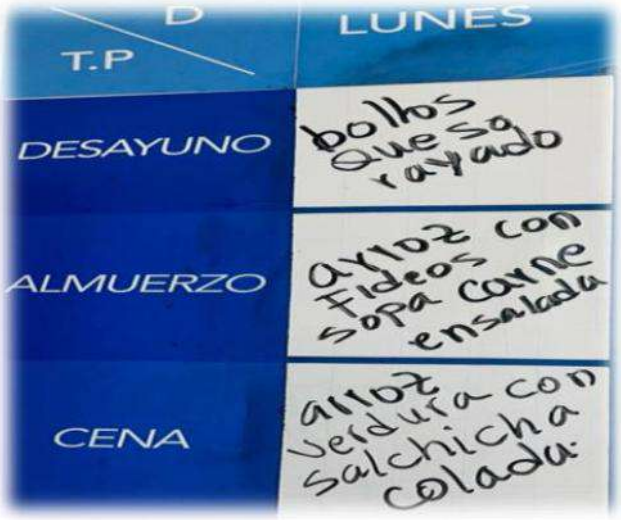
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: Se realiza verificación de la realización del menú estipulado en la minuta del Refugio La milagrosa teniendo en cuenta que uno de los objetivos del servicio de alimentación es garantizar el suministro de una alimentación nutricionalmente balanceada, inocua con características organolépticas, dicha minuta se debe cumplir debido a que se realiza con los requerimientos nutricionales que necesitan los usuarios y se incluyen todos los grupos de alimentos para garantizar que se ofrezcan todos los nutrientes necesarios, carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas y minerales.

Se pudo observar que a veces se deben realizar modificaciones debido a que en ocasiones ingresan donaciones al Refugio La Milagrosa y se deben utilizar dichos alimentos ya que muchas veces son alimentos no perecederos o con fecha de vencimiento cercanas.

MATERIALES: Menaje de cocina, alimentos de todos los grupos nutricionales: frutas, verduras, carnes, cereales, grasas, recurso humano.

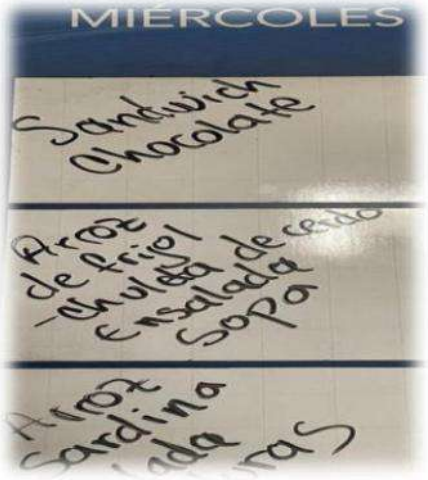
Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





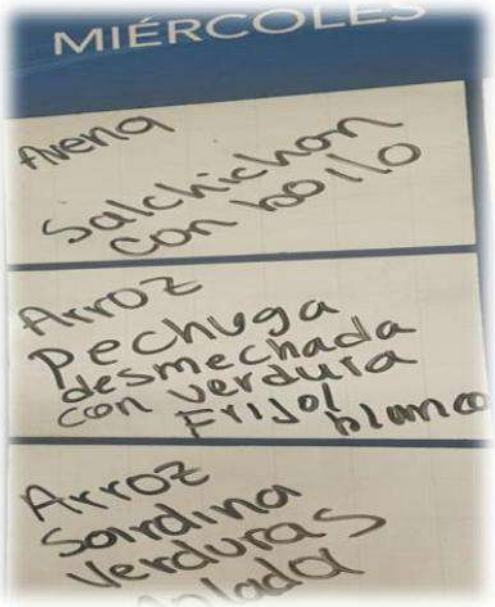






Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com



DESAYUNO



ALMUERZO



MERIENDA



CENA

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realización de cuadro de actividades laborales de la cocina

- **OBJETIVO:** Realizar cuadro referente a las actividades laborales que deben realizar las manipuladoras de alimentos en la cocina.
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

Se realizo un cuadro referente a las actividades laborales que deben realizar las manipuladoras de alimentos en la cocina donde se especifican las funciones del área de peladero y la del área de parrilla, este cuadro se coloca en un lugar específico y visible de la cocina con el fin de evitar confusiones y que cada manipuladora de alimentos tenga claro la actividad que le corresponde en el día teniendo en cuenta el área donde se encuentre. A continuación, se adjunta evidencia:

ACTIVIDADES LABORALES (Cocina Refugio La Milagrosa)				
HORARIO			FUNCIONES	
SEMANA	PELADERO	PARRILLA	FUNCIONES DE PELADERO	FUNCIONES DE PARRILLA
1	Widalys Torrente	Yasmina Zabaleta	1. Lavar todos los utensilios	1. Preparar café
2	Yasmina Zabaleta	Widalys Torrente	2. Preparar los jugos	2. Preparar desayuno de los usuarios
3	Widalys Torrente	Yasmina Zabaleta	3. Refrigerio de los usuarios	3. Montar almuerzo y colada
4	Yasmina Zabaleta	Widalys Torrente	4. Hacer desayuno de las hermanas	4. Preparar la cena
5	Widalys Torrente	Yasmina Zabaleta	5. Llevar el desayuno y almuerzo de las hermanas	5. Licuado de los abuelos
SEMANA	PELADERO	PARRILLA	6. Trapear	6. Limpiar parrilla y estufa
1	Yasmina Zabaleta	Widalys Torrente	7. Limpiar la nevera (MARTES)	7. Limpiar congeladores
2	Widalys Torrente	Yasmina Zabaleta	8. Lavar el arroz	8. Envasar la colada
3	Yasmina Zabaleta	Widalys Torrente	9. Picar	9. Guardar el mercado
4	Widalys Torrente	Yasmina Zabaleta	10. Licuar la colada	10. Tomar temperatura a las neveras
			11. Hacer hielo	

- **OBJETIVO:** Realizar rotulado a los alimentos nuevos
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

Se realiza rotulado a los alimentos nuevos que entran a la despensa especificando nombre del producto, lote, fecha de vencimiento y fecha de ingreso de los alimentos, esta activad se realiza con el fin de mantener la despensa organizada. A continuación, se adjunta evidencia:









Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Supervisión de temperatura

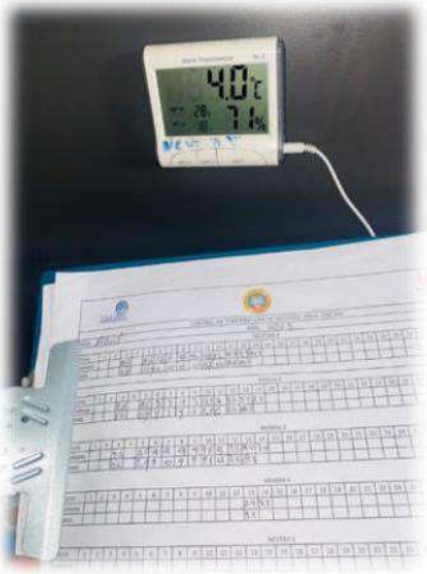
- **OBJETIVO:** Realizar supervisión de temperatura de refrigeradores
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

Se realiza supervisión de la refrigeración de las 3 neveras del servicio de alimentación por medio de los termómetros que se encuentran en cada una de ellas, esto con el fin de garantizar que los alimentos que se encuentran almacenados en los refrigeradores conserven la cadena de frio adecuada para evitar la proliferación de microorganismos y el deterioro de los alimentos por mal manejo de temperaturas, además se realizó la capacitación de como tomar las temperaturas a los refrigeradores a cada una de las manipuladoras de alimentos y de esta manera diligenciar el formato de toma de temperaturas los días que no se encuentra la nutricionista del servicio de alimentación y la practicante de nutrición. A continuación, se adjunta evidencia:





Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Diligenciamiento de formatos

- **OBJETIVO:** Diligenciamiento de formatos del servicio de alimentación
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se realiza diligenciamiento del formato de evaluación BPM ***"RLM-FOR-002 - FORMATO DE EVALUACIÓN DE BPM"*** al personal manipulador de alimentos donde se observa si las manipuladoras cumplen con los requisitos tales como uniforme, uñas, zapatos, accesorios, tapabocas y gorro, los días miércoles se diligencia el formato de recibo de alimentos***" RLM-FOR-003 - FORMATO RECIBO DE ALIMENTOS"*** teniendo en cuenta que es el día que ingresa mercado al servicio de alimentación, en el formato se debe especificar materia prima, cantidad solicitada, cantidad recibida, fecha de vencimiento, lote y observaciones; por otra parte se realizó el formato de verificación de actividades de limpieza y desinfección en la cocina ***"RLM-FOR-004 - FORMATO VERIFICACIÓN DE ACTIVIDADES LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN COCINA"*** en cuanto a paredes, pisos, techos, elementos de aseo, etc., también se evidencia la limpieza y desinfección de frutas, verduras, hortalizas y tubérculos, y una vez al mes se diligencia el formato de lavado de tanques de almacenamiento de agua potable ***"RLM-FOR-009 - FORMATO DE LAVADO DE TANQUES DE ALMACENAMIENTO DE AGUA POTABLE REFUGIO LA MILAGROSA"*** A continuación, se adjunta evidencia:

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com







NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Creación de formato de limpieza de rampa de grasas

- **OBJETIVO:** Realizar creación de formato de limpieza de rampa de grasas
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se realiza creación de formato de registro y control de limpieza y mantenimiento de trampa de grasa" FOR- RLM***- FORMATO REGISTRO Y CONTROL LIMPIEZA/ MANTENIMIENTO DE TRAMPAS DE GRASA"*** en este formato se especifica la fecha de realización de la limpieza y mantenimiento, tipo de actividad que se realiza, responsable de la actividad, observaciones y firma. A continuación, se adjunta evidencia:

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

	PROCESO GESTIÓN AMBIENTAL FORMATO REGISTRO Y CONTROL LIMPIEZA/MANTENIMIENTO DE TRAMPAS DE GRASA	Código: FOR-RLM-015 Fecha de Elaboracion: 17/05/2023 Version:01 Página: 1 de 1

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA	

FECHA	ACTIVIDAD		TIPO DE SISTEMA TRAMPA DE GRASAS		RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD	OBSERVACIONES	FIRMA
	LIMPIEZA	MANTENIMIENTO	EXTERNA	INTERNA			

INSTRUCCIONES PARA EL DILIGENCIAMIENTO DEL FORMATO REGISTRO Y CONTROL LIMPIEZA/MANTENIMIENTO DE TRAMPAS DE GRASA

En este formato se relaciona la limpieza y/o mantenimientos que se realizan a las trampas de grasas que se encuentran instaladas en las unidades operativas, la cual debe realizarse para trampas de grasa internas una vez cada semana y para las trampas de grasa externas una vez cada dos meses. De la misma manera, en este formato se deberá relacionar la limpieza y/o mantenimientos que se realicen a los sistemas de captación de aguas lluvias SCALL que se encuentren instalados en las unidades operativas.

Para el correcto diligenciamiento del formato tenga en cuenta las siguientes instrucciones:

NOMBRE UNIDAD OPERATIVA: relacione el nombre completo de la unidad operativa.
FECHA: en este espacio debe registrar con números el día, mes y el año en que se realiza la respectiva limpieza o mantenimiento de la trampa de grasa.
ACTIVIDAD (LIMPIEZA O MANTENIMIENTO): marque con una X la actividad que se realizará , es decir, si es limpieza o mantenimiento de trampa de grasas interna o externa o sistema de captación de aguas lluvias, teniendo en cuenta las siguientes definiciones:
-Limpieza de trampa de grasas: proceso mediante el cual se realiza el lavado del sistema y retiro preventivo de los sólidos que se encuentran al interior de este, con el fin de garantizar su buen funcionamiento.
-Mantenimiento de trampa de grasas: son las medidas preventivas o correctivas hacia el arreglo y/o ajuste garantizando el buen funcionamiento del sistema.
TIPO DE SISTEMA (TRAMPA DE GRASAS EXTERNA, INTERNA : marque con una X a cuál sistema se le realizará Limpieza o Mantenimiento.
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: escriba el nombre completo de la persona que realiza la actividad de limpieza o mantenimiento del sistema.
OBSERVACIONES: relacione en este espacio los comentarios alusivos a la actividad realizada en la trampa de grasa.
FIRMA: en este espacio debe consignarse la firma del responsable de la actividad.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

- **OBJETIVO:** Realizar verificación del contenido nutricional, características organolépticas y porcionamiento adecuado de los alimentos ofrecidos en cada tiempo de comida del servicio de alimentación del Refugio La Milagrosa.

- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se observa el porcionamiento que realizan las manipuladoras de alimentos para ofrecerle a los usuarios del servicio de alimentación para verificar contenido nutricional y se evalúa si los alimentos cuenten con buenas características organolépticas (olor, color, sabor, textura). A continuación, se adjunta evidencia:








Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

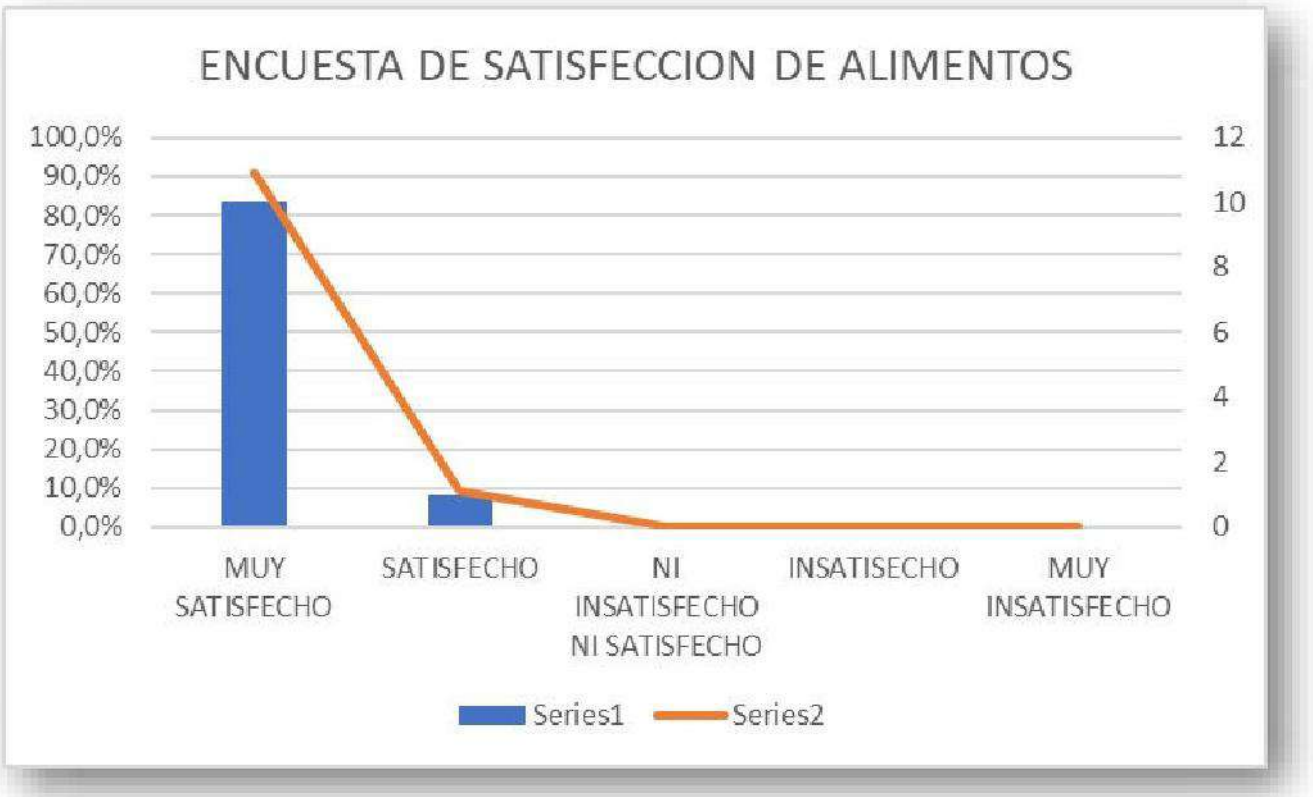
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realización de encuestas de satisfacción de alimentos

- **OBJETIVO:** Realizar encuesta de satisfacción a los usuarios del servicio de alimentación del Refugio La Milagrosa.

- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

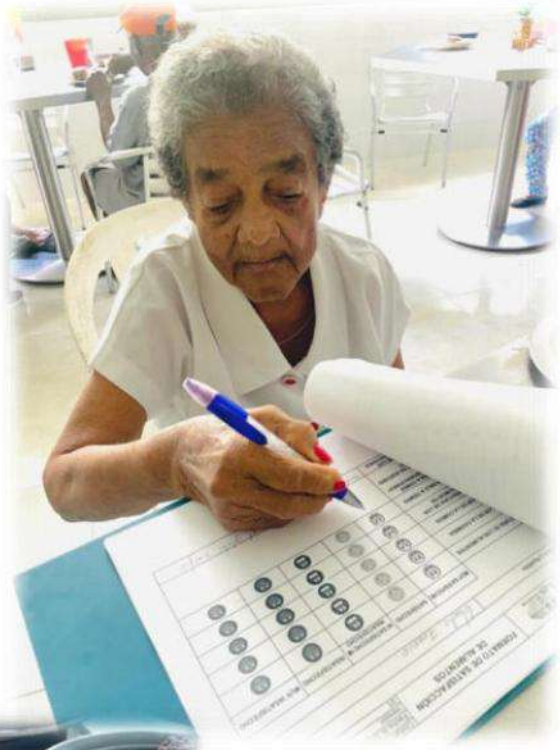
Se ofrece el menú del día a los usuarios, en este caso se ofreció (Arroz de frijol, chuleta asada, ensalada y sopa) posteriormente se entregan los formatos de satisfacción de alimentos a los usuarios que puedan realizar las encuestas, el total de usuario fueron 11, se les explica que deben marcar con una (x) la carita correspondiente a como se sintieron al momento de consumir los alimentos; en la encuesta se evalúa textura de los alimentos, olor de la comida, sabor, temperatura, si la comida es ofrecida a tiempo y observaciones. Dicho procedimiento se realizó 1 vez al mes, los resultados fueron de la siguiente manera: el 90,9 % de los participantes es decir 10 encuestados calificaron como muy satisfecho, el 9,09 % es decir 1 participantes califico como satisfecho.

A continuación, se adjunta gráfica y evidencias de la actividad.



Refugio La Milagrosa	Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com







Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conversatorio sobre desperdicio de los alimentos

- **OBJETIVO:** Realizar conversatorio con los usuarios del Refugio La Milagrosa sobre el desperdicio de los alimentos.

- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se realiza conversatorio sobre desperdicio de los alimentos a los usuarios del Refugio La Milagrosa donde se explicó la importancia de consumir todos los alimentos que se ofrecen desde el servicio de alimentación teniendo en cuenta que se ofrecen todos los grupos de alimentos en las porciones adecuadas para contribuir a que los usuarios tengan buen estado nutricional.

Después que se explicó todo lo relacionado al desperdicio de los alimentos los usuarios del Refugio realizaron varias preguntas sobre el servicio de alimentación donde se procedió a responder todas las preguntas para esclarecer todas las dudas.





Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Verificación de uso adecuado de tablas de picar

- **OBJETIVO:** Realizar verificación de uso adecuado de las tablas de picar

- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se realiza verificación del uso de adecuado de las tablas de picar teniendo en cuenta que para cada grupo de alimentos se utiliza un código de colores específicos (tabla roja: carnes rojas y productos cárnicos, tabla blanca: pan, pastas, queso, bollería, tabla verde: frutas y verduras, tabla azul: pescados y mariscos, tabla amarilla: carnes blancas: pollo, pavo) y se evidencia si las manipuladoras de alimentos realizan un corte adecuado a los alimentos que utilizan en el día. A continuación, se adjunta evidencia:







Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ENTREGA ELEMENTOS DE ASEO

Fecha: 17 de mayo a 16 de junio del 2023.
Tipo de actividad: Autocuidado: higiene personal

Objetivo: Promover en los adultos mayores los buenos hábitos de higiene y cuidado personal, contribuyendo también a mejorar su autoestima.

Desarrollo de la actividad:
El cuidado personal es una preocupación fundamental en nuestra Institución, dentro del cuidado integral procuramos proveer a los adultos mayores de los implementos necesarios que necesitan para su aseo diario. Igualmente, los adultos mayores no funcionales son respectivamente auxiliados por el personal de enfermería.
Cada mes o cada que lo requiera el adulto mayor se hace entrega del siguiente kit teniendo en cuenta las capacidades de cada adulto mayor para valerse por sí mismo, de lo contrario la entrega se hace directamente a las enfermeras encargadas. Cada kit contiene lo siguiente:

- Shampoo
- Crema dental
- Jabón de baño
- Cepillo dental
- Desodorante
- Papel higiénico doble hoja
- pañales desechables y crema anti escaras cuando aplica
- máquinas de afeitar
- crema corporal
- Pañitos húmedos según necesidad
- Colonia
- Enjuague bucal

Permanentemente se le recuerda a cada adulto mayor la importancia del aseo personal esto les ayuda a sentirse bien con ellos mismos y con el entorno pues es un sitio donde siempre van a estar visitados.

- Prevención de enfermedades.
- Excelente presentación personal.
- Buena higiene bucal.
- Se previenen las escaras.
- Firmeza en la piel al estar limpia e hidratada.

- Fortalece su propia autoestima
- Evita los malos olores
- Idealización a una vida buena y saludable.

Materiales empleados:
Elementos de aseo personal.

ENTREGA ELEMENTOS DE ASEO









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDADES LUDICAS, RECREATIVAS Y FORMATIVAS

Los lineamientos y políticas actuales para la vejez, tienen como fundamento en *envejecimiento activo* como un proceso que contribuye a optimizar la salud con el fin de mejorar la calidad de vida y retrasar las patologías que son propias de la edad. Para el desarrollo de estas actividades, contamos con un equipo interdisciplinar que se encarga de mantener en actividad a los adultos mayores. Los profesionales encargados de esta área son: la psicóloga, terapista ocupacional, fisioterapeuta, acompañante espiritual. Estas actividades fueron desarrolladas en el periodo comprendido entre el **17 de mayo al 16 de junio.**

ESTIMULACIÒN TÀCTIL

OBJETIVO

Aliviar el estrés y mejorar la calidad de vida de los adultos mayores.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Los mayores conforman un colectivo de población que en ocasiones pueden sentir que sus capacidades físicas y cognitivas se ven alteradas o disminuidas. Además, es muy común que en el caso de aquellas personas que sufren algún tipo de enfermedad neurodegenerativa se produzca una desconexión o una pérdida de interés por la realidad o el entorno que les rodea. Este hecho va normalmente asociado a la aparición de síntomas propios de algún tipo de demencia como delirios, alucinaciones, ansiedad o agresividad, que, a su vez, merman considerablemente su salud física y, como consecuencia, su bienestar y su calidad de vida.

Por esta razón es muy importante que la mente de la persona mayor se mantenga activa y estimulada, y aquí es donde la estimulación sensorial juega un papel muy importante, no olvidemos que las personas mayores van perdiendo con el paso de los años ciertas capacidades sensoriales, es por esto que en esta oportunidad se trabajó a los adultos mayores la estimulación táctil, donde se les pidió que elaboraran diversos objetos con periódico, los participantes se mostraron creativos, activos y dispuestos durante la actividad del día de hoy.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

EL VERDADERO SIGNIFICADO ENVEJECER

OBJETIVO

Elevar el pensamiento y estado de animo de los adultos mayores, prolongados al desarrollo, toma desiciones y enfrentamiento de la edad y cambios en la sociedad.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Es importante que el estado emocional y físico de los adultos mayores se mantega activo y con la capacidad de construir diariamente una calidad de vida en la vejez .

Por esta razón, esta actividad se basó en crear un momento agradable en el que se desarrollaron los siguientes puntos para una mejor interiorización :

1. ***Dramatizado etapas de la vejez*** : por medio de este dramatizado ejemplificamos los cambios de conducta en la vejez , logrando modificar los pensamientos negativos .

2. ***Dinámica preguntas aleatorias***: se creo este espacio para sociliar a modo pregunta el tipo de pensamiento y conducta de los adultos mayores .

3. ***Dinámica la escala de la vida***: esta dinamica permitió interactuar entre la diferentes edades , poniendo el juego la actitud positiva, creatividad y estado físico.

puesta en marcha esta actividad , cada uno pudo comprender el concepto de lo que significa envejer y cambiar su pensamiento a través de una forma divertida.

BENEFICIOS

Al realizar este tipo de actividad trabajamos de forma terapéutica disminuyendo los sentimientos de soledad, siendo transformados en motivación, ganas de vivir, adecuandolos en un espacio real en el que se fomente los contactos interpersonales y la integracion social.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

CHARLA SOBRE SOLUCIÓN DE CONFLICTOS.

OBJETIVO: Brindar herramientas para solucionar los desacuerdos que se presentan entre los adultos mayores.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: Un conflicto interpersonal se da cuando una o más personas tienen la percepción de que existe incompatibilidad entre ellas para la consecución de su objetivo. Esta percepción crea una resistencia sentida por una o más partes implicadas y estas resistencias crean el conflicto.

Esta reacción de resistencia es parte esencial de nuestras relaciones, cada uno de nosotros tenemos maneras diferentes de ver el mundo y satisfacer nuestras necesidades. A menudo nos ponemos de acuerdo con los otros para satisfacerlas conjuntamente, pero, a veces, éste no es el caso y es entonces cuando el conflicto puede emerger. Los adultos mayores no son ajenos a presentar desacuerdos con sus compañeros y es por esto que se les dio una charla sobre solución de conflictos donde se les presentó una serie de herramientas que permiten solucionar los problemas de manera pacífica. Se denoto entre los participantes un ambiente positivo frente al desarrollo de la actividad.





Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ATENCIÓN SICOMOTRIZ-LECTO ESCRITURA

OBJETIVO

Favorecer el desarrollo de las posibilidades motrices, de expresión y acción, así como el intelecto y adquisición del aprendizaje en la vejez.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

La evolución del aprendizaje de los adultos mayores es realmente importante como necesidad social y aún más conveniente al poner en práctica la lectura y escritura.

En esta actividad comprendieron las estrategias discursivas, desarrollando la lectura crítica y la producción eficaz de los diferentes géneros discursivos, logrando una mayor efectividad al evadir las limitaciones y elevar la capacidad cognitiva.

BENEFICIOS

Al realizar este tipo de actividades se incrementa el nivel intelectual, logrando avance en el lenguaje, fortaleciendo la concentración, la ortografía y sobre todo la fuerza mental.



Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

DÍA DE LA FAMILIA

OBJETIVO

Disminuir los sentimientos de soledad, interactuando con el entorno y jugar activamente de forma individual y colectiva ,mejorando la percepción corporal, el control de los propios movimientos, desarrollando la coordinación y adactandoce al tiempo y espacio real.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Conscientes de la importancia de la familia en todas las edades de la vida, se realizó una actividad de integración en la que los adultos mayores disfrutaran de la presencia de sus seres queridos. Desde la mañana se hizo una serie de actividades de recreaciòn e integración que a su vez contribuyen a estimular las principales funciones a nivel físico, cognitivo y porqué no decirlo, social.

Les permitio gozar de la compañía de sus seres queridos, unidos por el mismo objetivo de compatir e interactuar entre de las diferentes actividades como juegos cognitivos , actividad fisica , baile , canto y muchas sonrisas.

Logrando con cada uno de estos actos la motivación, el entretenimiento, la disposición de aprender a compartir, socializar y considerarce personas fuertes y valiente visionados a una vejez sana.

BENEFICIOS

Los adultos mayores al participar y gozar de este tipo de actividad potencian la creatividad, reconocen sus habilidades brindando lo mejor de si al encontrar nuevos intereses, ademas fomentan las relaciones interpersobales, eliminando las brechas de los pensamiento monotomos.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com







Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com



Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ESTIMULACIÓN AUDITIVA. ADIVINA EL NOMBRE DE LA CANCIÓN.

OBJETIVO: Estimular/relajar la mente y mejorar algunos rasgos de psicomotricidad a través de elementos auditivos.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La estimulación multisensorial tiene mucha importancia para las personas mayores, ya que son actividades que alivian el estrés y ayudan a mejorar la calidad de vida, por el simple hecho de percibir estas experiencias sensoriales. A través de la implementación de unos buenos ejercicios de actividad sensorial, se puede experimentar de manera controlada una estimulación suave de los sentidos (vista, oído, gusto, olfato y movimiento). Los niveles de la estimulación dependen de las características del individuo. En esta oportunidad se realizó estimulación auditiva donde los participantes disfrutaron de la actividad, escucharon música y cantaron canciones de la vieja guardia, se mostraron muy activos y motivados.

BENEFICIOS: La estimulación auditiva tiene como beneficio primordial retrasar el desgaste del oído como órgano primordial en la actividad de la audición, además de esto también se estimula el cerebro, la capacidad creativa y la memoria corto, mediano y largo plazo.



Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

EL PODER DE LA MENTE

OBJETIVO

Aumentar en el número de conexiones cognitivas para obtener un mejor funcionamiento cerebral en términos de rapidez y eficacia en la transmisión de información.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

En esta actividad los adultos mayores participaron de una dinámica llamada el poder de la mente, permitiendoles mantener y /o perfecionar el funcionamiento cognitivo a través de los siguientes puntos:

1.Encuentra la relación entre las imágenes: este tipo de ejercicio permite que los adultos mayores se mantengan lucidos y orientados a dar respuestas rapidas y concretas por medio de imágenes similares.

2.El cuadro de las letras: este tipo de ejercicio permite la fluidez del pensamiento utilizando letras y conformado palabras graves.

Puesta en marcha esta actividad cada uno de ellos desempeño su mejor papel aplicando razonamiento, percepcion y concentracion con la mejor actitud.

BENEFICIOS

El realizar este tipo de actividad obtenemos grandes benficios como Estimular y mantener las capacidades mentales posibilitando una mejoría de las habilidades funcionales en un gran porcentaje de las tareas cotidianas. Ademas optimiza las capacidades no dañadas por la enfermedad y mejora o ralentiza el avance del deterioro en las áreas cognitivas que están afectadas.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

TAPETES DE COLORES

OBJETIVO

Lograr el desarrollo armónico de la personalidad descubriendo habilidades que permitan la unificacion del pensamiento lógico y la creatividad.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

El desarrollo de la motricidad fina en los adultos mayores es importante ya que fomenta el conocimiento y creatividad , colocando como primera herramienta la cocentración.

Dicho esto se propuso esta actividad en la que tuvieron la oportunidad de realizar tapetes de colores, de manera que pudieran cada hilo y retazo de tela anudarlo con precisión para ser encajandos de forma acorde en la malla, obtiendo un resultado maravilloso, colorido , ordenado y que a su vez generó motivación e incremento en las actitudes artisticas, la disciplina y la concentración.

BENEFECIOS

Los adultos mayores al participar de este tipo de actividades estimuladoras pueden mejorar su desenvolvimiento en las tareas cotidianas donde se utilizan de manera simultánea: ojos, manos, dedos, boca, lengua, pies, en situaciones como vestirse, atarse los cordones, soplar, cepillarse los dientes, comer, rasgar, cortar, pintar, apilar objetos, colorear, escribir, generando independencia y sentido de pertencia para acoplarse e intregrarse dentro de la sociedad .

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ESTIMULACIÓN TÁCTIL

OBJETIVO: Estimular/relajar la mente y mejorar algunos rasgos de psicomotricidad a través de elementos táctiles.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: Los mayores conforman un colectivo de población que en ocasiones pueden sentir que sus capacidades físicas y cognitivas se ven alteradas o disminuidas. Además, es muy común que en el caso de aquellas personas que sufren algún tipo de enfermedad neurodegenerativa se produzca una desconexión o una pérdida de interés por la realidad o el entorno que les rodea. Este hecho va normalmente asociado a la aparición de síntomas propios de algún tipo de demencia como delirios, alucinaciones, ansiedad o agresividad, que, a su vez, merman considerablemente su salud física y, como consecuencia, su bienestar y su calidad de vida.

Por esta razón es muy importante que la mente de la persona mayor se mantenga activa y estimulada, y aquí es donde la estimulación sensorial juega un papel muy importante, no olvidemos que las personas mayores van perdiendo con el paso de los años ciertas capacidades sensoriales, es por esto que en esta oportunidad se trabajó a los adultos mayores la estimulación táctil, donde se les pidió que elaboraran tarjetas alusivas al día del padre, los participantes se mostraron creativos, activos y dispuestos durante la actividad del día de hoy.





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ALCANZANDO UNA ESTRELLA

OBJETIVO

Fortalecer el conocimiento y las relaciones interpersonales en los adultos mayores , permitiendoles expresarse con total libertad, creando un equilibrio entre las acciones y decisiones que se presentan cotidianamente.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Para esta actividad los adultos mayores participaron de una dinámica llamada alcanzado una estrella.

Para esta actividad primeramente visualizaran las estrellas enumeradas que estaban colgada en la pared , al escogerla cada uno de ellos tenian la oportunidad de responder varias preguntas con temas que les permitian compatir y socializar diferentes puntos de vistas e inrriquecer su intelecto.

Generando rapides para establecer y mantener una conversacion con total coherencia.

BENEFICOS

Los adultos mayores al compatir entre este tipo de actividad aumenta su rendimiento intelectual así como la fluidez verbal, potenciando su identidad y el sentido de pertenencia de una forma orientada, estimuladora y sobre todo motivadora.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDADES ESPIRITUALES

OBJETIVO: Reavivar en los adultos mayores la fe como un legado dejado por sus padres desde la primera infancia, como medio para vivir la espiritualidad y rescatar los valores morales de antaño.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La vida espiritual tiene diferentes momentos que hay que vivir con intensidad, es una actividad diaria. En la Institución, durante varios momentos se hace vida esta actividad, desde la mañana tenemos la Eucaristía como culmen de nuestra fe de cristianos, adicional a esto, diariamente acudimos a la protección maternal de la Santísima Virgen María, madre de todos, a través del rezo del santo Rosario. Durante todo el tiempo estamos pendientes de las solemnidades más importantes que se viven en la Iglesia para hacer a los Adultos mayores participes de ellas. Contamos con el acompañamiento de un Sacerdote y las Hermanas de la casa quienes se encargan de organizar y dirigir las actividades espirituales.

BENEFICIOS: El impacto que genera la vida espiritual en los adultos mayores es importante para su vida interior y también contribuye al fortalecimiento cognitivo.





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

INFORME FISIOTERAPÉUTICO

Considerando los cambios fisiológicos dados por el proceso natural de envejecimiento y el decremento significativo de muchas aptitudes y habilidades físicas, tales como la movilidad, fuerza, flexibilidad, coordinación y equilibrio, además de habilidades cognitivas resulta de suma importancia la intervención al adulto mayor mediante el ejercicio terapéutico, con el objetivo de contrarrestar los aspectos deficientes y potencializar habilidades conservadas.

Por otro lado, es de suma importancia la realización frecuente de actividad física según las recomendaciones emitidas por la Organización Mundial de la Salud, siendo además dirigida por profesionales sanitarios que abarquen al adulto mayor desde la integralidad, teniendo en cuenta proceso fisiológico de envejecimiento además de comorbilidades u otras condiciones de salud de base que influyan en el plan de prescripción del ejercicio.

Sumado a ello los ejercicios de fuerza han mostrado evidencia como pilar fundamental para el bienestar físico, la prevención de múltiples enfermedades y del deterioro general, que conlleva a mayor riesgo de muerte.

Materiales empleados:

- Colchonetas
- Balones
- Sillas
- Palos
- Bandas elásticas de resistencia
- Pesas artesanales
- Mancuernas
- Hula Hulas
- Camilla

Actividades realizadas:

- Terapia física individualizada a adultos mayores con requerimientos específicos por diferentes afecciones o dolor actual que interfiere con actividades diarias.
- Se realiza actividades dirigidas al trabajo de la movilidad, fuerza y flexibilidad tanto individualizada como grupal y semigrupo.
- Capacitación “importancia de la actividad física” al personal de la institución

- Ejercicios grupales de acondicionamiento físico, circuitos de trabajo aeróbico, fuerza y flexibilidad.

- Se realiza terapia individualizada a adultos mayores con pérdida de la funcionalidad reciente y con buen potencial rehabilitador dirigida a:
  - ✓ Rehabilitación de la marcha
  - ✓ Fortalecimiento muscular
  - ✓ Flexibilización articular
  - ✓ Ejercicios orientados a tareas

Nota: se realizan circuitos conjuntos con terapia ocupacional, complementando diferentes ejercicios que involucran ambas áreas.

EVIDENCIAS





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com







Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





ACTIVIDADES ÁREA ENFERMERÍA

Durante el transcurso del mes de mayo y junio se realizaron diferentes actividades con el objetivo de garantizar los cuidados básicos y especiales para cada uno de los pacientes pertenecientes al refugio la milagrosa, en los cuales se realiza los seguimientos respectivos, cumpliendo con las normas de bioseguridad, en pro de él bienestar de cada uno, ejecutando actividades diarias como lo son la toma de signos vitales, higiene personal, hidratación de la piel, prevención de caídas, cambios de posiciones, alimentación asistida, administración de medicamentos, entre otros, actualmente la población está compuesta por 47 adultos de los cuales se dividen en 23 hombres y 24 mujeres.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

OBJETIVO GENERAL

Organización de las actividades de enfermería por cada uno del personal asistencial para brindar cuidados básicos y especiales a cada uno de los pacientes del Refugio la milagrosa

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Cumplimiento de las actividades diarias de enfermería para el beneficio del adulto mayor.
- Cuidar y velar por la salud de cada uno de los pacientes, dando cumplimiento a las ordenes medicas

ACTIVIDADES DE ENFERMERIA

1. Higiene del paciente
2. Alimentación asistida
3. Administración de medicamentos
4. Desinfección de las camas
5. Arreglo de la unidad de cada paciente
6. Toma de signos vitales
7. Curaciones de heridas a pacientes
8. Afeitar a los pacientes masculinos
9. Cambio de pañal
10. Corte de uñas
11. Hidratación de piel
12. Preparación de medicamentos
13. Administración de medicamentos
14. Diligencias medicas de los pacientes
15. Limpieza de las sillas de ruedas
16. Arreglo de la ropa de cada paciente
17. Actualización de kardex de enfermería
18. Ronda medica con la medico

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

1. Alimentación asistida



2. Administración de medicamentos



3. Desinfección de las camas



4. Arreglo de la unidad de cada paciente



5. Toma de signos vitales



6. Afeitar a los pacientes masculinos



7. Corte de uñas



8. Preparación de medicamentos



9. Ronda medica con la medico





La Institución Refugio la Milagrosa cuenta con áreas físicamente independientes ofreciendo alojamiento las 24 horas del día a los Adultos Mayores. Es una institución sin ánimo de lucro, cuyo objetivo es brindar alberque a los Adultos Mayores que se encuentran desprotegidos familiar y socialmente.
Para atender con calidad a los beneficiarios. El Hogar diseño una infraestructura campestre, acogedora, que ofrezca tranquilidad y confort a todos los que en esta habitan.

- **Las habitaciones** son colectivas, con disposición de espacio suficiente para el desplazamiento del adulto mayor.
  Cada habitación cuenta con su respectiva dotación de camas, protectores plásticos, sabanas, tendidos de cama, almohadas, fundas, closet, interruptor de luz, abanicos, las ventanas proporcionan la iluminación y ventilación adecuada, las puertas son amplias para el desplazamiento de los adultos mayores en silla de ruedas y para el ingreso o salida de una camilla. Cada habitación cuenta con ducha de baño, retrete, lavamanos, la puerta de los baños son corredizas.

- **Área de salud:**

❖ **Consultorio médico:** Se cuenta con un consultorio médico limpio y dotado de una camilla, un lavamanos, un escritorio, computador para las historias clínicas, sillas, fonendoscopio, tensiómetro, martillo de reflejos, termómetro, bascula, linterna de mano, archivador de historias clínicas y registros, equipo para oxigenoterapia; para la valoración de médico general y especialistas que hacen su valoración periódica a los Adultos Mayores.

❖ **Área de enfermería:** El área de enfermería cuenta con su sala de curaciones, una zona de lavado para el material quirúrgico, sondas, guantes, pinzas. Un salón oficina donde se lleva los controles de enfermería como: notas de enfermería, registro de medicamentos, signos vitales. Está dotada de un escritorio, una camilla, tensiómetro, fonendoscopio, trípode para suero, sondas urológicas (Foley y Nelaton) botiquín vitrina para el almacenamiento de medicamentos, recipientes para material estéril: gasa, algodón, antisépticos, jeringas, mesón y lavamanos.

❖ **Área de Fisioterapia:** El área de fisioterapia cuenta con un lavamanos, sus camillas, caminadora eléctrica, gel conductual, electrodos, bandas elásticas, un equipo de ultrasonido, un tens portátil y un tens eléctrico, compresa

caliente eléctrica, dos vibradores eléctricos, dos masajeadores eléctricos, un equipo de vacunoterapia, un equipo de nebulización y un humidificador, un equipo de parafina, balones, colchonetas, bastones, dos escaleras de dedos, barra paralela, una bicicleta estática, aparato manual prono supinador, etc.

- **Área de terapia Ocupacional**: El área de terapia ocupacional es grande, amplio y apto para la ejecución de las actividades. Cuenta con sus mesas grandes, sillas, lavamanos, retrete, y material necesario: pinturas, tijeras, pinceles, aros, loterías, colores, crayolas, pegante, cinta, papel iris, cartulina, block, juegos de mesa, CD, Grabadora, tablero, marcadores, etc.

- **Salón múltiple**: también es conocido como la sala de televisión donde los adultos mayores disfrutan de la mayoría de sus actividades. cuenta con un televisor, planta de sonido, sillas para la actividades sociales, culturales y recreativas.

- **Capilla:** En este lugar se desarrollan la mayoría de actividades relacionadas al ámbito espiritual (Teo terapia), cuenta con buena iluminación, su planta de sonido, altar, sagrario, bancas, imágenes de Santos. Se cuenta con la gracia de la Eucaristía todos los días.

- **Kiosco:** Esta área cuenta con mesas, sillas**,** baños y un lavamanos. En horas de la tarde los Adultos Mayores disfrutan de los juegos de mesa.

- **Área de Servicios generales:**

- **Comedores:** Contamos con dos comedores amplios, ventilados, con buena iluminación, cada comedor cuenta con sus respectivas mesas, sillas**,** lavamanos.

- **Cocina:** Está cerca del comedor dotada de todos los elementos necesarios como horno, estufa, neveras, refrigerador, congeladores, vajillas, ollas, y demás utensilios de cocina, mesones lavaplatos, mobiliario para el almacenamiento de los utensilios de cocina.

- **Despensa:** contamos con una despensa con aire acondicionado, buena iluminación y los recipientes necesarios para el almacenamiento y conservación de los alimentos.

- **Depósito de basuras:** Contamos con un depósito de basuras general con pisos, y paredes de fácil aseo, ubicado en un lugar ventilado con sus recipientes para la evacuación de las basuras a diario. En puntos estratégicos

de la Institución se encuentran contenedores de basura para favorecer el orden y la limpieza que son evacuadas a diario hacia el deposito central.

- **Área para los utensilios de aseo:** el área de cocina maneja su propio cuarto de utilería para guardar y almacenar los utensilios de aseo con su poceta. Hay otra área general para guardar los utensilios de aseo con su poceta y lavadero.

- **Lavandería:** En la Institución Refugio la Milagrosa se ofrece el servicio de lavandería donde diariamente se realiza el lavado, secado, clasificación y entrega de la ropa limpia y organizada a cada Adulto Mayor y al personal de enfermería. El área de lavandería está dotada de instalaciones sanitarias e hidráulicas adecuadas para el lavado y planchado de ropa, las paredes y pisos están enchapados para su respectiva desinfección y limpieza.

- **Área administrativa:**

  - **Oficinas:** contamos con un local destinado para la dirección y administración del Hogar dotado de muebles y enseres indispensables para la administración (archivo, estadística, contabilidad, información, etc.). Esta área cuenta con un recibidor para la acogida de las personas que llegan hasta este lugar, dotada de muebles y buena iluminación y ventilación.

- **Saneamiento básico:**

- **Los pisos:** son de fácil limpieza y desinfección sin desniveles ni obstáculos que puedan ocasionar accidentes por caídas de los adultos Mayores.

- **Condiciones generales de los cielos rasos:** los techos, paredes y muros son sólidos y resistentes a factores de la humedad en las áreas de cocina, comedor, consultorio médico, enfermería, lavandería, pasillos a dormitorios, salón múltiple, son de baldosín para su fácil desinfección y limpieza.

- **Tanques de abastecimiento:** Cada tres meses se realiza la limpieza y desinfección del tanque de reserva de agua.

- **Abastecimiento de Agua potable:** contamos con 4 filtros para el abastecimiento del agua potable.

- **Disposición de residuos sólidos:** Tres veces a la semana (lunes, jueves, sábado) se efectúa la recolección domiciliaria de estos residuos.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

MANTENIMIENTO

Diariamente se realiza mantenimiento de las diferentes áreas del Refugio la Milagrosa como resanes de paredes, trabajo de plomería, redes eléctricas, pintura de fachada, mantenimiento de las zonas verdes, limpieza y desinfección de todas las dependencias de la institución: habitaciones, cocina, lavandería, comedores, consultorio médico, servicio enfermería, taller de terapia ocupacional, fisioterapia, salón múltiple, etc.

COMPRA DE VESTUARIO Y SABANAS

La Institución Refugio la Milagrosa, compra dotación de vestuario como: Pijamas, Vestidos para mujeres, Pantalonetas, Suéteres, Camisas, pantalones, calzado etc de acuerdo a la necesidad de cada adulto mayor y también del presupuesto que se tenga; procuramos que ellos estén siempre bien presentados buscamos el bienestar del adulto mayor.

SERVICIO LABORATORIO CLINICO

Durante este periodo del 17 de marzo al 16 de abril del presente año contamos con los servicios del laboratorio clínico Alicia Beatriz Gaviria Díaz donde se le solicita sus servicios según las necesidades de los Usuarios que considere pertinente remitir u ordenar la médica general de la Institución.

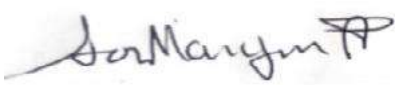
GASTOS ADMINISTRATIVOS

Mensualmente se realiza el pago de parafiscales, pago de factura servicio de agua, servicio de internet y telefonía, plan exequial adultos mayores, servicio de gas, nómina del personal de planta, papelería, combustible, gastos legales, seguros, impuestos, elementos aseo general, dotación empleados, mantenimiento a instalaciones.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ADULTOS MAYORES ATENDIDOS EN EL REFUGIO LA MILAGROSA EN ESTE PERIODO DEL 17 DE MARZO AL 16 DE ABRIL DE 2023.

	NOMBRE	PRIMER APELLIDO	CC	FECHA DE NACIMIENT
1	ALVARO ANTONIO	BLANCO ROMERO	9.075.798	28/05/1945
2	DIMITRI LORENZO	COPEMANN WILLIAMS	13001D5870	
3	EDITH	MONTES DE ALBA	AS13001D0005	
4	EFRAIN	ATENCIO BELLO	17.840.383	5/11/1943
5	FELIX	MARDINI LOPEZ	9.047.471	27/02/1941
6	FRANCISCO	VIVEROS HURTADO	6.151.432	15/05/1941
7	GLENIA	RODRIGUEZ TOVAR	33.165.624	5/06/1944
8	HECTOR ENRIQUE	ALVAREZ CONTRERAS	1.043.637.936	28/01/1941
9	ISRAEL	TAPIAS RODRIGUEZ	773.817	10/02/1937
10	JAIRO	CARDOZO BLANCO	73.082.235	4/08/1959
11	JOSE FRANCISCO	RAMIREZ CANOLE	73.074.441	13/09/1957
12	JULIO	MARTINEZ IREGUY	73.114.716	28/05/1962
13	JUANA DE LA CRUZ	MOLINA BARRIOS	33.150.883	31/08/1953
14	LEONILDE	BARBOZA ARGUELLO	22.765.408	19/04/1937
15	LUIS ALBERTO	OROZCO PAYARES	9.068.888	15/02/1944
16	MARIA	JULIO JULIO	22.259.569	17/11/1932
17	MAURICIO	OSPINA MORENO	73.117.932	14/02/1964
18	OSVALDO ANTONIO	GAVIRIA ZAPATA	518.739	27/09/1931
19	WALBERTO	BATISTA PUELLO	13001D0065	1/02/1960
20	WILSON	DE LA CRUZ	13001D0890	22/07/1950

CONTRATISTA	**ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA CONVENIO N. 06-2023**
FIRMA: 	**FIRMA:**
NOMBRE: Sor MARYEN AMAYA PINTO **CEDULA: 28.272.244 Onzaga (Santander)** **Representante Legal Refugio la Milagrosa**	**NOMBRE:**

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE EL REFUGIO LA MILAGROSA Y LA ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA CONVENIO N. 06-2023

REFUGIO LA MILAGROSA
NIT: 890.480.108-4

PERIODO DEL 17 DE JUNIO AL 16 DE JULIO DE 2023

CARTAGENA DE INDIAS

2023

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES ENTRE EL REFUGIO LA MILAGROSA Y LA ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA CONVENIO N. 06-2023

Señores
ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA
CONVENIO N. 06-2023
Cartagena Bolívar

Presento Informe de Actividades realizadas en pro de los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa, durante la ejecución del convenio

INTRODUCCION

El presente informe hace una descripción detallada de las actividades desarrolladas en la Institución Refugio la Milagrosa según el plan integral de trabajo que comprende desde el 17 de junio al 16 de julio del año 2023 con sus respectivos objetivos y evidencias que dan cumplimiento a dichas actividades ejecutadas por el equipo interdisciplinario de la Institución para atender a los adultos mayores que forman parte de este convenio.

En el "desarrollo de la actividad" puede encontrarse una descripción más detallada de las actividades realizadas por los Adultos Mayores, según la metodología de trabajo, teniendo en cuenta las actividades recreativas (manejadas con una metodología participativa, lúdica, creativa…) o formativas (la metodología es dinámica, interactiva, practico- teórico, talleres).

Para el desarrollo de las actividades los Adultos Mayores cuentan con el apoyo de un equipo interdisciplinario de recurso humano comprometido y capacitado debidamente con el acompañamiento y orientación en la ejecución de las mismas.

Finalmente se presenta el compromiso de asociación del 17 de junio al 16 de julio del 2023 dando cumplimiento a las obligaciones contractuales entre el Refugio la Milagrosa y la Alcaldía Mayor de Cartagena con sus respectivas evidencias fotográficas y estadísticas por parte de los adultos mayores beneficiados en el presente convenio 06 del 2023.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

OBJETIVO GENERAL

Prestar servicios de atención integral a los Adultos Mayores del Refugio La Milagrosa, brindando a ellos una mejora en su calidad de vida y salvaguardando su dignidad a través de los servicios básicos: alimentación, vivienda, elementos de aseo personal, servicio de enfermería, médico general, psicólogo, fisioterapeuta, terapista ocupacional, servicios espirituales, todo esto para contribuir a la salud mental, física y espiritual de los beneficiarios de la Institución.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar alojamiento en condiciones dignas a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa que les permita un descanso tranquilo y una convivencia sana para el desarrollo de sus propias actividades.

- Suministrar una alimentación, sana, balanceada y nutritiva a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa teniendo en cuenta las patologías que manejan cada uno.

- Prestar atención primaria en salud a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa que contribuya a la prevención y atención de las enfermedades crónicas que le acompañan en su vejez mediante cuidados paliativos para favorecer su salud en todos sus niveles.

- Brindar programas terapéuticos a los Adultos Mayores del Refugio la Milagrosa que contenga una variedad de actividades para mantener las habilidades remanentes motoras, cognitivas, formativas, espirituales, productivas y sociales.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

GRADO DE CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES ESPECÍFICAS:

Fecha: del 17 de junio al 16 julio de 2023.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Verificación del cumplimiento de minuta del Refugio La Milagrosa

- **OBJETIVO:** Realizar verificación de cumplimiento de minuta del Refugio.
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se realiza verificación de la realización del menú estipulado en la minuta del Refugio La milagrosa teniendo en cuenta que uno de los objetivos del servicio de alimentación es garantizar el suministro de una alimentación nutricionalmente balanceada, inocua con características organolépticas, dicha minuta se debe cumplir debido a que se realiza con los requerimientos nutricionales que necesitan los usuarios y se incluyen todos los grupos de alimentos para garantizar que se ofrezcan todos los nutrientes necesarios, carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas y minerales.

Se pudo observar que a veces se deben realizar modificaciones debido a que en ocasiones ingresan donaciones al Refugio La Milagrosa y se deben utilizar dichos alimentos ya que muchas veces son alimentos no perecederos o con fecha de vencimiento cercanas. A continuación, se adjunta evidencia:







Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com





NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realización de cuadro de actividades laborales de la cocina

- **OBJETIVO:** Realizar cuadro referente a las actividades laborales que deben realizar las manipuladoras de alimentos en la cocina.
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

Se realizo un cuadro referente a las actividades laborales que deben realizar las manipuladoras de alimentos en la cocina donde se especifican las funciones del área de peladero y la del área de parrilla, este cuadro se coloca en un lugar específico y visible de la cocina con el fin de evitar confusiones y que cada manipuladora de alimentos tenga claro la actividad que le corresponde en el día teniendo en cuenta el área donde se encuentre. A continuación, se adjunta evidencia:

ACTIVIDADES LABORALES (Cocina Refugio La Milagrosa)				
HORARIO			FUNCIONES	
SEMANA	PELADERO	PARRILLA	FUNCIONES DE PELADERO	FUNCIONES DE PARRILLA
1	Widalys Torrente	Rosa Maria Padilla	1. Lavar todos los utensilios	1. Preparar café
2	Rosa Maria Padilla	Widalys Torrente	2. Preparar los jugos	2. Preparar desayuno de los usuarios
3	Widalys Torrente	Rosa Maria Padilla	3. Refrigerio de los usuarios	3. Montar almuerzo y colada
4	Rosa Maria Padilla	Widalys Torrente	4. Hacer desayuno de las hermanas	4. Preparar la cena
5	Widalys Torrente	Rosa Maria Padilla	5. Llevar el desayuno y almuerzo de las hermanas	5. Licuado de los abuelos
SEMANA	PELADERO	PARRILLA	6. Trapear	6. Limpiar parrilla y estufa
1	Rosa Maria Padilla	Widalys Torrente	7. Limpiar la nevera (MARTES)	7. Limpiar congeladores
2	Widalys Torrente	Rosa Maria Padilla	8. Lavar el arroz	8. Envasar la colada
3	Rosa Maria Padilla	Widalys Torrente	9. Picar	9. Guardar el mercado
4	Widalys Torrente	Rosa María Padilla	10. Licuar la colada	10. Tomar temperatura a las neveras
			11. Hacer hielo	

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Socialización de actividades laborales de la cocina

- **OBJETIVO:** Socializar las actividades de las manipuladoras de alimentos teniendo en cuenta el área de la cocina en la que se encuentre.
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

Se realiza socialización de las actividades laborales que deben ejecutar las manipuladoras de alimentos teniendo en cuenta el área de la cocina en la que se encuentren, en el servicio de alimentación existen 2 áreas de trabajo, está el área de peladero en la que las funciones consta de lavar todos los utensilios utilizados en el día, preparar jugos, encargarse de realizar el refrigerio de los usuarios, realizar limpieza a las neveras, hacer hielo y picar todos lo alimentos que se van a utilizar en el día, por otra parte se encuentra el área de parrilla donde se debe realizar el café, preparar desayuno, almuerzo y colada, y realizar limpieza y desinfección a la parrilla y estufa, esta actividad se realizó en compañía de la hermana Selina que es la encargada de la cocina. La socialización se realizo con el fin de dejar claridad de cuales son las funciones que deben ejecutar las manipuladoras de alimentos.





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Rotulado

- **OBJETIVO:** Realizar rotulado a los alimentos nuevos
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

Se realiza rotulado a los alimentos nuevos que entran a la despensa especificando nombre del producto, lote, fecha de vencimiento y fecha de ingreso de los alimentos, esta activad se realiza con el fin de mantener la despensa organizada. A continuación, se adjunta evidencia:









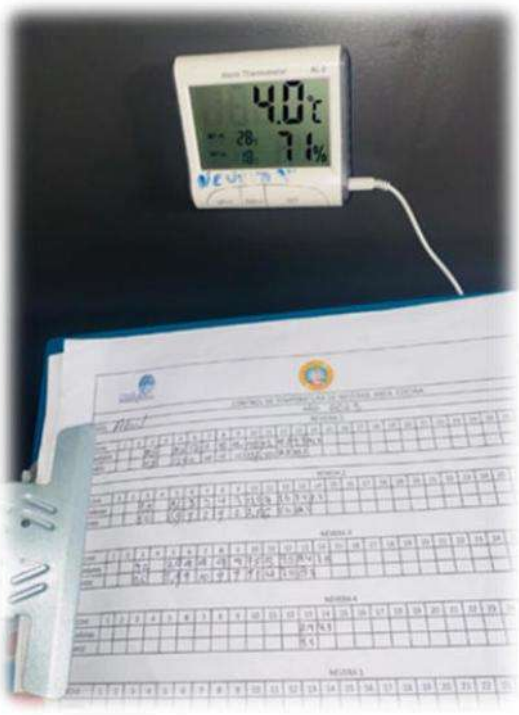
Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Supervisión de temperatura

- **OBJETIVO:** Realizar supervisión de temperatura de refrigeradores
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD**

Se realiza supervisión de la refrigeración de las 3 neveras del servicio de alimentación por medio de los termómetros que se encuentran en cada una de ellas, esto con el fin de garantizar que los alimentos que se encuentran almacenados en los refrigeradores conserven la cadena de frio adecuada para evitar la proliferación de microorganismos y el deterioro de los alimentos por mal manejo de temperaturas, además se realizó la capacitación de como tomar las temperaturas a los refrigeradores a cada una de las manipuladoras de alimentos y de esta manera diligenciar el formato de toma de temperaturas los días que no se encuentra la nutricionista del servicio de alimentación y la practicante de nutrición. A continuación, se adjunta evidencia:





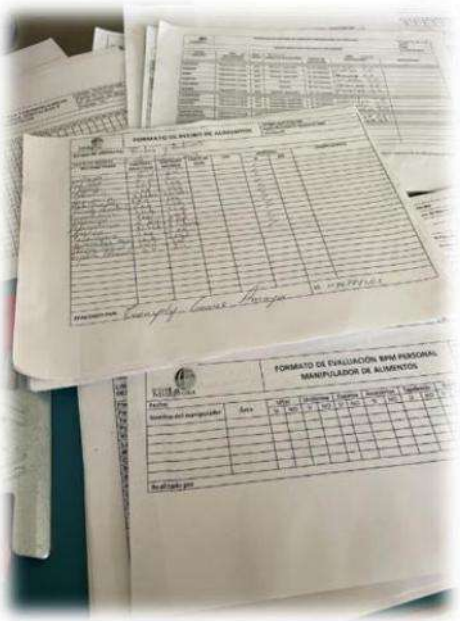
Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

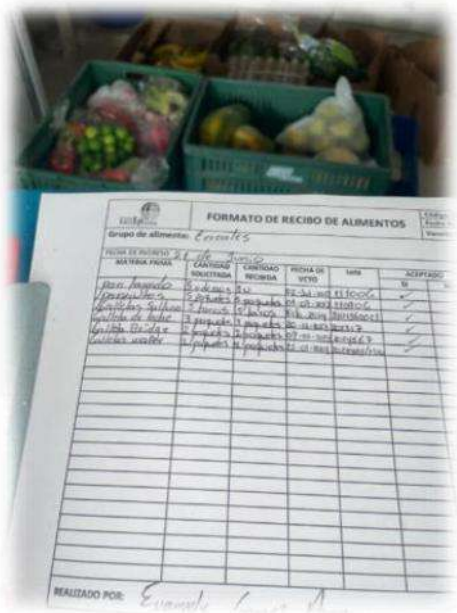
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Diligenciamiento de formatos

- **OBJETIVO:** Diligenciamiento de formatos del servicio de alimentación

- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se realiza diligenciamiento del formato de evaluación BPM ***"RLM-FOR-002 - FORMATO DE EVALUACIÓN DE BPM"*** al personal manipulador de alimentos donde se observa si las manipuladoras cumplen con los requisitos tales como uniforme, uñas, zapatos, accesorios, tapabocas y gorro, los días miércoles se diligencia el formato de recibo de alimentos***" RLM-FOR-003 - FORMATO RECIBO DE ALIMENTOS"*** teniendo en cuenta que es el día que ingresa mercado al servicio de alimentación, en el formato se debe especificar materia prima, cantidad solicitada, cantidad recibida, fecha de vencimiento, lote y observaciones; por otra parte se realizó el formato de verificación de actividades de limpieza y desinfección en la cocina ***"RLM-FOR-004 - FORMATO VERIFICACIÓN DE ACTIVIDADES LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN COCINA"*** en cuanto a paredes, pisos, techos, elementos de aseo, etc., también se evidencia la limpieza y desinfección de frutas, verduras, hortalizas y tubérculos, y una vez al mes se diligencia el formato de lavado de tanques de almacenamiento de agua potable ***"RLM-FOR-009 - FORMATO DE LAVADO DE TANQUES DE ALMACENAMIENTO DE AGUA POTABLE REFUGIO LA MILAGROSA"*** A continuación, se adjunta evidencia:









NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Diligenciamiento de formato de limpieza de trampa de grasas.

- **OBJETIVO:** Verificar adecuado procedimiento de limpieza y desinfección de trampa de grasa.

- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**
  Se realiza la verificación del adecuado procedimiento de la limpieza y desinfección de la trampa de grasa, posteriormente se diligencia el formato de registro y control de limpieza y mantenimiento de trampa de grasa" FOR- RLM***- FORMATO REGISTRO Y CONTROL LIMPIEZA/ MANTENIMIENTO DE TRAMPAS DE GRASA"*** donde se especifica la fecha de la limpieza, el tipo de actividad, firma del responsable y observaciones. A continuación, se adjunta evidencia:


GRASA



Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Supervisión de desechos

- **OBJETIVO:** Realizar supervisión de los desechos que dejan los usuarios del Refugio.
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se observa la cantidad de alimentos que se sirven en los platos de los usuarios del servicio de alimentación y al momento que los usuarios finalizan la comida se procede a evaluar los desechos para realizar un análisis y verificar si la cantidad de desechos es mínima o se deben hacer ajustes en el menú, hasta la fecha se ha observado que los residuos o desechos de los alimentos ofrecidos en el Refugio La Milagrosa son mínimos. A continuación, se adjunta evidencia:







Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Verificación de porcionamiento, características organolépticas y contenido nutricional de los alimentos ofrecidos en cada tiempo de comida del servicio de alimentación del Refugio La Milagrosa.

- **OBJETIVO:** Realizar verificación del contenido nutricional, características organolépticas y porcionamiento adecuado de los alimentos ofrecidos en cada tiempo de comida del servicio de alimentación del Refugio La Milagrosa.
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se observa el porcionamiento que realizan las manipuladoras de alimentos para ofrecerle a los usuarios del servicio de alimentación para verificar contenido nutricional y se evalúa si los alimentos cuenten con buenas características organolépticas (olor, color, sabor, textura). A continuación, se adjunta evidencia:









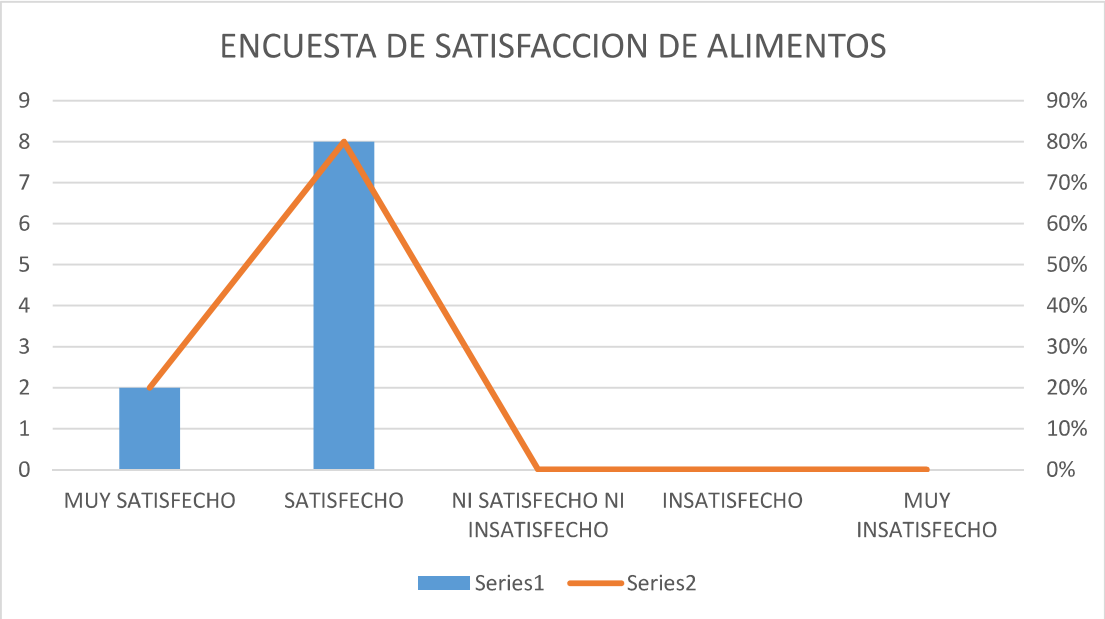
Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realización de encuestas de satisfacción de alimentos

- **OBJETIVO:** Realizar encuesta de satisfacción a los usuarios del servicio de alimentación del Refugio La Milagrosa.
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se ofrece el menú del día a los usuarios, en este caso se ofreció (Arroz de coco, carne guisada con lenteja, ensalada, sopa y jugo) posteriormente se entregan los formatos de satisfacción de alimentos a los usuarios que puedan realizar las encuestas, el total de usuario fueron 10, se les explica que deben marcar con una (x) la carita correspondiente a como se sintieron al momento de consumir los alimentos; en la encuesta se evalúa textura de los alimentos, olor de la comida, sabor, temperatura, si la comida es ofrecida a tiempo y observaciones. Dicho procedimiento se realizó 1 vez al mes, los resultados fueron de la siguiente manera: el 20 % de los participantes es decir 2 encuestados calificaron como muy satisfecho, el 80 % es decir 8 participantes calificaron como satisfecho. En conclusión, se puede evidenciar que los usuarios se encuentran complacidos con los alimentos que se les está ofreciendo y la forma en la que se están preparando.

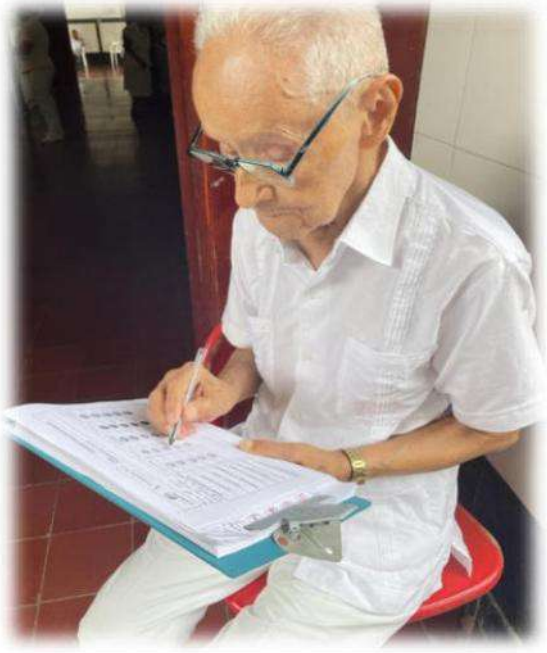
A continuación, se adjunta gráfica y evidencias de la actividad.



Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com









NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Verificación de uso adecuado de tablas de picar

- **OBJETIVO:** Realizar verificación de uso adecuado de las tablas de picar
- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:**

Se realiza verificación del uso de adecuado de las tablas de picar teniendo en cuenta que para cada grupo de alimentos se utiliza un código de colores específicos (tabla roja: carnes rojas y productos cárnicos, tabla blanca: pan, pastas, queso, bollería, tabla verde: frutas y verduras, tabla azul: pescados y mariscos, tabla amarilla: carnes blancas: pollo, pavo) y se evidencia si las manipuladoras de alimentos realizan un corte adecuado a los alimentos que utilizan en el día. A continuación, se adjunta evidencia:





NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Verificación de adecuada limpieza y desinfección de la cocina del Refugio La Milagrosa.

- **OBJETIVO:** Verificar adecuada limpieza y desinfección de todas las áreas de la cocina del refugio la milagrosa

- **DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:** Se realiza la verificación de la adecuada limpieza y desinfección de todas las áreas del servicio de alimentación teniendo en cuenta que se deben utilizar los utensilios adecuados y la dosificación exacta de hipoclorito para garantizar la adecuada desinfección.













Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ENTREGA ELEMENTOS DE ASEO

Fecha: 17 de junio a 16 de julio del 2023

Tipo de actividad: Suministro de elementos de aseo para el autocuidado e higiene personal

Objetivo: Suministrar al adulto mayor, los elementos de aseo personal y concientizarlos en los buenos hábitos de higiene y cuidado personal, mejorando así su autoestima.

Desarrollo de la actividad:
La Institución provee los elementos de aseo personal necesarios a los adultos mayores, cada que lo requieran con el fin de que ellos se preocupen por su bienestar y mantengan buena autoestima
Igualmente, a los adultos mayores no funcionales, se le entregan estos elementos de aseo al personal de enfermería, quienes se encargan de mantener en óptimas condiciones a los adultos mayores que no se pueden asear por si solos.
Cada kit contiene lo siguiente:

- Shampoo
- Crema dental
- Jabón de baño
- Cepillo dental
- Desodorante
- Papel higiénico
- pañales desechables y crema anti escaras según necesidad
- máquinas de afeitar
- crema corporal
- Pañitos húmedos según necesidad
- Colonia
- Enjuague bucal

Permanentemente se le recuerda a cada adulto mayor la importancia del aseo personal esto les ayuda a sentirse bien con ellos mismos y con el entorno pues es un sitio donde siempre van a estar visitados.
importancia de una buena higiene:

- Prevención de enfermedades.
- Buena presentación personal.
- Buena higiene bucal.
- Se previenen las escaras.
- Firmeza en la piel al estar limpia e hidratada.

- Fortalece su propia autoestima
- Evita los malos olores
- Idealización a una vida buena y saludable.











ACTIVIDADES LUDICAS, RECREATIVAS Y FORMATIVAS

Los lineamientos y políticas actuales para la vejez, tienen como fundamento en *envejecimiento activo* como un proceso que contribuye a optimizar la salud con el fin de mejorar la calidad de vida y retrasar las patologías que son propias de la edad. Para el desarrollo de estas actividades, contamos con un equipo interdisciplinar que se encarga de mantener en actividad a los adultos mayores. Los profesionales encargados de esta área son: la psicóloga, terapista ocupacional, fisioterapeuta, acompañante espiritual. Estas actividades fueron desarrolladas en el periodo comprendido entre el **17 de junio al 16 de julio.**

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : JUEGO DE COMPETENCIAS

OBJETIVO

Promover , mantener y /o restaurar la independencia funcional en las habilidades de las actividades de la vida diaria.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Es importante producir cambios cognitivos, emocionales y conductuales en la vejez , mediantes reflexiones , dialogo y sobretodo la practica de ejercicios, juegos y dinamicas para abquirir nuevas habilidades y desarrollar destrezas.

Logrando mantener este objetivo se creo esta actividad basada en un juego de competencia que comprendio varias estaciones para que cada adulto mayor colocando en funcion el desarrollo de la capacidad cognitiva , agilidad mental , equilibrio , dominio y fuerza .

Dicho lo anterior para lograr un nivel optimo y restaurar todo tipo de funciones durante la actividad se realizaron : Arma todos, Encestar peloticas, Rellenar la cinta con tubitos, Deribar bolos en distintos angulos.

Al pasar y participar activa mente por cada unas de estas estaciones el adulto mayor aumento el porcentaje hacia la mejora de las habilidades motoras , el equilibrio y coordinacion .

BENEFICIOS: Este tipo de actividad permite la participacion activa , trabajo en equipo y mejora del autoestima , manteniendo las capacidades creativas, aumentando el entrenimiento nivelando la atencion y coordinacion tomando conciencia de aquello que se hace, siente y piensa.









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD: EL TESORO DE LOS ABUELOS

OBJETIVOS

Crear el uso correcto y traducir la cotidianidad en palabras, gestos, simbolos , anecdotas , relatos, constituidos a una expresion de la permanenete interaccion entre la historial personal y la historia social .

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Esta actividad se baso en la socializacion de la histora de los adultos mayores , trabajando con la base de un cuadernillo, con multiples preguntas sobre la vida personal, creando un pensamiento libre y positivo de acuerdo a los recuerdos de su pasado.

una vez resuelta cada unas de las pregunta , dinamisamos un poco la actividad , mediante el juego de "***mirame y siguime"*** con el objetivo de crear un pausa activa y divertida.

En este juego el terapista ocupacional direccionaba cada de las acciones mientras que cada unos de los adultos mayores realizo todo su mejor esfuerzo al cantar , bailar , imitar y mostrar la mejor actitud postiva .

BENEFICIOS: Al realizar este tipo de actividad creamos una terapia en la que los adultos mayores sienten libertad y colocan como prioridad sus mas grandes e intimos pensmaientos haciendo un recuento de lo que fueron y quisieron ser , aportando datos importantes como manatener una memoria lucida y estable asi como la identificacion de personalidades y excelente manejo de la conducta.









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : DIA INTERNACIONAL DEL PADRES

OBJETIVO

Favorecer al desarrollo de diferentes destrezas motoras, asi como interactuar con el entorno y participar activamente, tanto de forma individual como grupal, mejorando los vinculos afectivos y la buena armonia.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

En esta actividad festejamos el dia del padre , haciendo un homenaje a todos esos adultos mayores barones que emplearon un buen rol como padre y ademas haciendolos participe de esta fecha especial en la que prevalece la alegria y la union como familia .

Dentro de la actividad realizamos dinamicas como ***coloca la figura correcta*** ; esta dinamica permitio que cada uno ellos se integraran aplicando todo su ingenio y creando retos para que el mejor jugador encajara las figuras en el tablero y obtubiera premios .

Posteriormente participaron del segunto punto dentro de la actividad llamado el ***numerito de la suerte***, para esta dinamica se escogieron varios particpantes en el que escogieron un tarjeton con un numero oculto, sacando el numero mas alto.

para finzalizar este dia super divertido compartieron de una rica merienda y la entrega de tarjetas con mensajes alucivos al dia del padre como agradacimiento por su papel dentro de la sociedad.

BENEFICIOS:Realizar este tipo de actividad para los adultos mayores permite instantaneamente que ellos cambien de pensamiento, dispuestos a mejorar su conducta, la forma como ven y se adecta a su entorno , manteniendo mejores relaciones interpersonales. Ademas prolongados a que se sientan motivados , relajados y asi poder disminuir todo tipo de pensaientos depresivos .







Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : ALCANCIAS / PSICOMOTRIZ

OBJETIVO

Desarrollar las habilidades tanto de movimiento como las creativas en los adultos mayores , generando mayor fuerza para sosterner y coordinar para , colando en funcion diferentes metodos de aprendizaje.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

El aprendizaje y la evolución de la psicomotricidad en los adultos mayores es realmente importante, comprendiendo distantas formas de colocarlo en practica para obtener buenos resultados.

Por esta razon para esta actividad realizamos una tecnica manual de aprendizaje , basada en crear alcancias con materiales recicables , permitiendo que cada uno de ellos aportaran y demostraran sus ideas mas creativas al pintar , dibujar , pegar, recortar y decorar cada una de las alcancias.

Esta tecnia de aprendizaje se baso en la relacion y combinacion de manos y ojos, logrando avances y mejoria en la motricidad fina. Estimulando la confianza personal y al mismo tiempo elevando la autoestima que favorece al envejecimiento activo.

BENEFICIOS

EL adulto mayor al realizar este tipo de actividad obtiene grandes y favaorables beneficios como lo es generar indipendencia, el avance el desarrollo de las actividades cotidianas , favorienciedo la movilidad e incremnto muiscular, como tambien lo es atencion y la concentracion, al combinar y colar en funcion los diferentes sentidos .







Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : LABORTERAPIA

OBJETIVO

Aumentar la autoconfianza y autoestoestima de las personas mayores , ligado al favorecimiento de la actividad funcional y cognitiva .

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Con el paso de la edad y sobre todo con la aparicion de enfermedades neurodegenerativas , se deterioran capacidades que tienes los adultos mayores para desenvolverse con fluides en la vidia diaria. Con tal razon emplear la laborterapia en ellos nos lleva a generar productividad y desarrollo de las capacidades cognitivas, sociales y funcionales.

Siendo consecuente con la anterior mencionado adoptamos los objetivos para realizar esta actividada, la cual se baso en la elaboracion de traperos utilizando como herrameinta la fuerza, resistencia y concentracion para armar de froma correcta los traperos. cada una de las funciones estuvieron clasificadas en armar nudos y sincronizar en la cuerda los hilos de algodón , obteniendo un resultado suave, ligero y muy resistente.

BENEFICIOS: Trabajar dentro de este mecanismo de actividades para los adultos mayores arroja beneficios muy favorables como lo es generar que se mantengan activos a seguir desempeñando sus roles habituales, no olvidando que esto es un metodo terapeutico y preventivo como rehabilitador , aplicado para el desarrollo y buen funcuionamiento optimo para combatir todo tipo de limtaciones funcinales y cognitivas .



Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com



ACTIVIDAD : ESTIMULACION COGNITIVA – LOS VERBOS

OBJETIVO

Reforzar las capacidades del adulto mayor para crear y transmitir un lenguaje moderno , amplio y estructurado, permitiendo la practica continua en el proceso de desarrollo cognitivo.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

La memoria de los adultos mayores tambien es considerada como un mundo grande por explorar para sacar el mejor provecho en cuanto a las multiples funciones que se propogan cumplir.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

Colocando en practica todo el ingenio de los adultos mayores para esta actividad transcendemos al solo hecho de saber leer y escribir, permitiendo que cada uno pueda crear , nombrar y conjugar diferentes verbos , asociados en un mismo contexto.

En esta actividad cada uno ellos escogieron un numero el cual comprendia un verbos escrito , para que el menor tiempo conformaran una frace bien estructura , donde pudieran representar el significado real y la forma de como lo asocian con elocuencia y fluidez .

Generando en ellos creatividad y mejora del autoestima al ver que una vez puesta en en marcha su capacidad cognitiva , se pueden desenvolver con mayor seguridad.

BENEFICOS: Este tipo de actividad en los adultos mayores juega un papel importante a favor de incrementar sus capacidades cognitivas, dicho en otras palabras potencia la capacidad de observacion , atencion, facilitando el pensamiento reflexivo en conjunto de la construccion de una mejor autonimia pára hablar , pensar y escribir.









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD: LA CUERDA DE LA CONFIANZA

OBJETIVOS

Mejorar el estado de animo y la motivacion , enfocados en la disminucion de los sentimientos de soledad , siendo transformados en creatividad y capacidad para interactuar con el entorno .

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

La motivacion en los adultos mayores recorre un largo camino en el que se pueden desarollar multiples tareas puntualizadas a obtener un equlibrio entre el bienestar fisico , mental y social.

Caracterizando las formas en las que mejor colocan a prueba sus personalidad, sentimientos, adactacion y formas de ver el mundo, creamos esta actividad llamada la cuerda de la confianza. Basada en que cada uno sostuviera primeramente una cuerda y tomarce el tiempo para pensar en los valores y cualidades que los representan. Una vez listos cada uno , sedimos el turno para que expresaran lo mejor de si, econtrando la relacion e igualdad entre sus mismo compañeros.

Permitiendo en ellos un dialogo moderado , lleno bromas , sonrisas , comparando sus formas de pensar , lo que deben cambiar y ser un espejo para mejorar su pensamiento y actitud.

BENEFICIOS: A traves de este tipo de actividad el adulto mayor siente mas vinculacion en tareas de su interes, permiento la concintizacion del gose de su ultima etapa de vida y asi crear nuevas relacion interpersonales y sobreponerce a posibles adversidades.







Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD: PRAXIA CONSTRUCTIVA- GABAREATANDO

OBJETIVO

Organizar, planificar y realizar de forma eficiente movimientos o múltiples habilidades de mayor o menor complejidad que permitan el incremento y desarrollo del aprendizaje en el adulto mayor.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Trabajar la praxis constructiva en la etapa de la vejez nos lleva a la evolución de las capacidades para llegar a la construcción de un todo, mediante distintas herramientas como leer, escribir recortar, cantar entre otras.

En esta actividad el terapista ocupacional organizo un grupo de participantes para que escogieran un tarjetón el cual contenía, 1, 2 ,3 y 4 palabras ocultas y en el menor tiempo crearan la mejor representación por medio de un dibujo, mímica, canto o dramatizado.

No obviando algunos acertijos dentro la actividad como lo fueron los tarjetones que tenían escrito; penitencias y doble participación, estos ayudaron a disminuir el temor a participar y mejorar la autoestima.

Permitiendo que los adultos mayores colocaran a flote toda su creatividad, actitud positiva, carisma ‘para cumplir con el objetivo de la actividad y hacer una buena representación que a su vez era el mayor estimulo de aprendizaje para sus compañeros.

BENEFICIOS: Realizar este tipo de actividad agrupo grandes beneficios en la población de adultos mayores, ayudándoles a fomentar el desarrollo de habilidades que fortalecen el aprendizaje, generando mayor salud emocional, mental y autonomía.





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD: DINAMICA EL GLOBO

OBJETIVO

Fomentar las relaciones interpersonales, así como el bienestar y la satisfacción de mantener habilidades cognitivas y psicomotrices en los adultos mayores.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

La recreación en los adultos mayores trabaja como hilo conductor en cuanto a la salud física y emocional, generando una mentalidad libre de tensiones, con un amplio pensamiento de vivir y sentirse plenos.

Vinculados en un espacio de alegría para esta actividad, participaron de una dinámica llamada ***el globo***, el terapista ocupacional explico el mecanismo donde primeramente debían pasar el globo por todo su cuerpo en parejas al ritmo de la música y los aplausos.

Posteriormente trasladaron el globo con la palma de la mano sin dejarlo caer, teniendo en cuenta que el participante que perdiera debía cumplir con penitencias como adivinanzas, contar chistes, bailar y cantar.

BENEFICIOS: Este tipo de actividad en los adultos mayores crea la oportunidad para descubrir habilidades, nuevos valores individuales, destacados en el libre desarrollo y participación continua al bienestar físico, mental y social en la vejez.









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD: FIESTA DE CUMPLEAÑOS

OBJETIVO

Promover y estimular la recreación a través de la buena compañía y los valores esencial para la vida, dentro del marco de la buena conducta y convivencia.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Evocar buenos recuerdos es de vital importancia ya genera un estado de confort en los adultos mayores, razón por la cual suelen lucir y sentiré felices y más en un día tan especial como lo es su cumpleaños.

En esta actividad disfrutaron de divertidos juego físicos y cognitivos que permitieron emplear el trabajo en equipo, agilidad y una actitud positiva al participar de juegos como: **Encestar pelotas, Derribar bolos, Jugar a la pelota mayor en parejas, Baile, Canto**

Para culminar esta actividad seleccionamos a todas las personas que estaban de cumpleaños y rendirles un homenaje especial, dedicándoles mensajes hermosos, que los motivaran a seguir viviendo, sentir y pensar que son seres especiales.

BENEFICIOS: Los adultos mayores al realizar este tipo de actividad trabajan ampliamente en mejorar su calidad de vida, contribuyendo a un mejor estado de ánimo, controlando su pensamiento y sobre todo a sentirse en familia.









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com



ACTIVIDAD: EL CIRCUITO

OBJETIVO

Retrasar la aparición de señales de deterioro cognitivo y mejorar la calidad de vida en especial la independencia, autogestión y autoestima de los adultos mayores.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Lograr atrasar el proceso de envejecimiento de la mente es un gran trabajo que se emplea con constancia y determinacion para restaurar todo tipo de habiliades que se han visto afectadas por diversas patalogias.

Tal como reforzar patrones de conductas previamente aprendidos y el mantenimiento fisico conservado en un mayor tiempo posibles. Dicho esto para esta actividad creamos un circuito incrementado la capacidad funcional y el desempeño en las tareas del día a día de los adultos mayores a traves del juego y la divercion, incluyendo retos y eliminacion de obstaculos para un mejor rendimiento.

Dentro del circuito cada unos de los juegos se basaron en: **Ejercitacion , fuerzas y densidad en los musculos con pesas de arenas y palitos de colores, Logica y consentracion a traves de los arma todos, Reflejo y estabilidad con los balones, Juegos de raquetas, Interiorizacion de la fluides del aprendizaje a traves del juego de mimos.**

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

Logrando con cada unas de estas secuencias dentro del circuito la permanencia y capacidad de los adultos mayores para pensar coherentemente , transladarce con mayor fluides y mantener un estado emocional optimo.

BENEFICIOS: Este tipo de actividad permite que el adulto mayor pueda llevar a cabo cualquier tarea, en la que pueden aprender, recordar información, integrarse a la historia e identidad personal, manejando información relativa y sobro todo sentirce capas, activo y con motivacion para constribuir a una vejes saludable.













Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : MURAL DE SENSACIONES

OBJETIVO

Desarrollar los sentidos y la percepción en los adultos mayores, manteniendolos en alerta y conectados con el medio que los rodea,modulando el estado de ánimo en los que se integran elementos visuales, auditivos, olfativos y táctiles, vestibulares y propioceptivos.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Lograr el desarrollo normal del adulto mayor y mejorar la condicion de vida hace incrementar las posibilidades y capacidades de aprendizaje, entre esas se incuye los diferentes metodos de estimulacion logrando alta adaptacion al entorno.

Una ves mencionado lo anterior para esta actividad creamos un mural de sensaciones basado en la forma de extraer informacion de manera recreativa, en favor al desarrollo en la vejes, transportandolos a situaciones , lugares y momentos que arojan respuestas favorable.

En este mural cada uno de ellos tenia los ojos bendados con la oprtunidad de tocar, oler y sentir los diferentes elementos y texturas entre suaves, esponjoso, grumoso, fuertes, liquidas , espeso, grueso, con la intencion de que en el desarrollo de la actividad aparecieran muchos recuerdos relacionados con su vida familiar y personal. Experiemetando sensaciones que facilitan un buen dialogo , participacion activa , comparacion entre la informacion, elocuencia y sobre todo la centrelacion de lo que púeden observar en las diferentes tareas de la vida diaria.

BENEFICIOS: Dentro de la busqueda de mejores herramienta para el aprendizaje del adulto mayor manejamos este tipo de actividad estimuladores que potencian las relaciones positivas entre ellos mismos, ademas provocan el sentido de exploracion , movimiento, interaccion y comunicación, mejarando la concentracion y coordinacion puntualizados a un gran estimulo para el pensamiento logico.





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : UN MUNDO DE EMOCIONES

OBJETIVO

Producir cambios cognitivos, emocionales y conductuales en el adulto mayor , por medio de la reflexión, el diálogo y la realización de ejercicios prácticos para obtener nuevas habilidades y el desarrollo de destrezas.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Las tareas, trabajo y juegos incrementan la independencia funcional, aumentando el desarrollo y la prevencion de la incapacidad. Por esta razon en esta actividad creamos un espacio en el cual se propiciara la exploracion del aprendizaje y aumentar la participacion activa con el beneficio de crear una mejor adapatacion al entorno para alcanzar la máxima independencia y la calidad de vida.

Durante el desarrollo de la actividad cada adulto mayor , tenia la tarea de escoger tres ojas y en ellas venian plasmados diferentes dibujos, para que posteriormente se consetraran y analizaran que tipo de pensamiento , mensajes y sentimientos reflejaba en ellos el dibujo.

Una ves analizada la primera parte debian colorear y tener lista la devida caracterizacion de las pautas anteriormenete mencionada y asi culminar con la socializacion y afloracion de todas las emociones e ideas que pudieron encontrar durante la actividad .

BENEFICIOS: Este tipo de actividad permite que los adultos mayores sean capaces de crear un espacio en le que se sientas comodos y su pensamiento este centrado e indeas creativas ignovadoras que van unidas con el fin de mejorar las capacidades cognitivas. Permietiendo que manejan una actitud nueva , positiva y motivada a fomentar las relaciones interpersoanles y el autoestima.





Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : ESTIMULACION COGNITIVA

OBJETIVO

Incrementar la capacidad funcional y el desempeño en las tareas del día a día, mejorando la calidad de vida. Idealizado aun entorno estimulado que facilite el razonamiento y la actividad motora.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD.

Empleando la estimulacion cognitiva creamos conjunto de técnicas para mejorar el funcionamiento de las capacidades cognitivas. Tales como la atención, la memoria, la orientación, el lenguaje, las funciones ejecutivas, las gnosias, las praxias, las habilidades visoespaciales o la cognición socia.

Ayudando a fortalecer el cuerpo y la mente, por tal razon realizamos esta actividad para poner en un fucninamiento cada una de ellas a traves de las dinamicas recreativas que aportan benficos al binestar del adulto mayor.

Creamos una caja estimuladora en la que cada participantes introdujo su mano y escogieron un elemento , posteriomente devian de responder ante ese elemento , comprendiendo acertijos como ecuaciones numericas , decripcion de un objeto , encontrar las parajeas correctas , deletriar palabras en el menor tiempo. Cada una de estos acertijo logro reflejar el ingenio, agilidad y capacidad cognitiva de los adultos mayores con un actitud positiva .

BENEFICIOS: El manejo de esta clase de actividades en la etapa de la vejes son muy reconocidas y calificadas para mejorar la calidad de vida , estimulando el cerebro, manteniendo las habilidades cognitivas y ademas retrasando la evolucion de enfermedades, disminuyendo el riesgo de desarrollar alzaheimer y de llegar a las etapas de mayor gravedad .







Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : ANIMATE A SEGUIR EL RITMO

OBJETIVO

Evitar y reducir el riesgo de infecciones pulmonares, con la adquisicion y buen dominio de la distribucion el aire dentro de los pulmones, aumentando la capacidad respiratoria.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Aplicar los ejercicios cardiorespiratorios es una execelente parte de la terapía para los adultos mayores en la que implica tecnicas y recursos necesarios para prevenir la falta de aire o como es llamada en algunos casos sensacion de ahogo, entre otros porblemas que pueden obtener.

La idea con esta actividad esta puntualizada a mejorar la salud en general , prolongados a mantener y crear un equilibrio entre los habitos saludables. Por tal razon creamos este espacio dinamica , terapeutico y sencibilizador donde primeramente dialigamos un poco acerca de la importancia de hacer ejercicios , manejar la respiracion y hacer un esfuerzo de crear la tranquilidad esta magnifica etapa de la adultes.

Consecutivamente se pusieron en practica cada uno de los ejercicios con repeticiones y su devido descanso para no fatigar ni la mente ni el cuerpo y obertener buenos resueltado, entre esos la buena actitud y el esparcimiento de las ideas.

BENEFICIOS: Al realizar este tipo de actividad los adulto mayor no son se benefecian de nuestro primer objetivo mencionado , tambien reducen los niveles de estrés y ansiedad. Controlar su presión arterial. Posiblemente mejorar o mantener algunos aspectos de la función cognitiva, como su capacidad para cambiar rápidamente entre tareas o planificar una actividad.









Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDAD : FRASCOS DECORATIVOS

OBJETIVO

Potenciar la creatividad, paciencia, capacidad de concentración y psicomotricidad. Regulando los niveles de estrés que ayudan a reforzar el autoestima, mejorándo las habilidades sociales y el trabajo en equipo.

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

la creatividad es importante en el progreso y el bienestar social, poder cambiar las cosas y los adultos mayores a través de la creación convirtiendose en la clave para encontrar soluciones a los retos que se nos presentan cada día, para mejorar la vida y el entorno.

En esta actividad mostraron y colocaron en funciones toda su capacidad y dones artisticos al decorar cada frasco , utilizando cintas decorativas , pegamento , recorte de figuras, logrando obetener una buena relacion y trabajo en equipo.

Contando con la idea que este tipo de estimulacion sensorial participa en la búsqueda de nuevas ideas y soluciones a determinados problemas mediante la aplicación de técnicas que fomenten un proceso intuitivo de descubrimiento para la produccion en la vejez.

BENEFICIOS: Este tipo de actividad se transforman en la mayor estumulacion en los adultos mayores para obtener beneficios como la fluides del pensamiento creativo que incluye la resolucion de problemas de manera mas afectiva, generando nuevas oportunidad , fortalecimiento de las capacidades cognitivas y resolucion ante los problemas de manera mas afectiva .





Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDADES ESPIRITUALES

OBJETIVO: Mantener en los adultos mayores viva la fe, la esperanza y la caridad, descubriendo cada día en los valores el amor y sentido de la vida

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD: La vida espiritual, es una de las practicas esenciales en nuestra vida, nos mantiene la fe y la esperanza, con el ánimo de seguir adelante afrontando con paz y fortaleza el diario vivir.

BENEFICIOS: El impacto que genera la vida espiritual en los adultos mayores es importante para su vida interior y también contribuye al fortalecimiento cognitivo.







Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

INFORME FISIOTERAPÉUTICO

Considerando los cambios fisiológicos dados por el proceso natural de envejecimiento y el decremento significativo de muchas aptitudes y habilidades físicas, tales como la movilidad, fuerza, flexibilidad, coordinación y equilibrio, además de habilidades cognitivas resulta de suma importancia la intervención al adulto mayor mediante el ejercicio terapéutico, con el objetivo de contrarrestar los aspectos deficientes y potencializar habilidades conservadas.

Por otro lado, es de suma importancia la realización frecuente de actividad física según las recomendaciones emitidas por la Organización Mundial de la Salud, siendo además dirigida por profesionales sanitarios que abarquen al adulto mayor desde la integralidad, teniendo en cuenta proceso fisiológico de envejecimiento además de comorbilidades u otras condiciones de salud de base que influyan en el plan de prescripción del ejercicio.

Sumado a ello los ejercicios de fuerza han mostrado evidencia como pilar fundamental para el bienestar físico, la prevención de múltiples enfermedades y del deterioro general, que conlleva a mayor riesgo de muerte.

Actividades realizadas:

Terapia física individualizada a adultos mayores con requerimientos específicos por diferentes afecciones o dolor actual que interfiere con actividades diarias.

Se realiza actividades dirigidas al trabajo de la movilidad, fuerza y flexibilidad tanto individualizada como grupal y semigrupo.

Capacitación “importancia de la actividad física” al personal de la institución

Ejercicios grupales de acondicionamiento físico, circuitos de trabajo aeróbico, fuerza y flexibilidad.

Se realiza terapia individualizada a adultos mayores con pérdida de la funcionalidad reciente y con buen potencial rehabilitador dirigida a:

- ✓ Rehabilitación de la marcha
- ✓ Fortalecimiento muscular
- ✓ Flexibilización articular
- ✓ Ejercicios orientados a tareas

Nota: se realizan circuitos conjuntos con terapia ocupacional, complementando diferentes ejercicios que involucran ambas áreas.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

EVIDENCIAS













Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ACTIVIDADES ÁREA ENFERMERÍA

Durante el transcurso del mes de junio y julio se realizaron diferentes actividades con el objetivo de garantizar los cuidados básicos y especiales para cada uno de los pacientes pertenecientes al refugio la milagrosa, en los cuales se realiza los seguimientos respectivos, cumpliendo con las normas de bioseguridad, en pro de él bienestar de cada uno, ejecutando actividades diarias como lo son la toma de signos vitales, higiene personal, hidratación de la piel, prevención de caídas, cambios de posiciones, alimentación asistida, administración de medicamentos, entre otros, actualmente la población está compuesta por 47 adultos de los cuales se dividen en 23 hombres y 24 mujeres.

OBJETIVO GENERAL

Organización de las actividades de enfermería por cada uno del personal asistencial para brindar cuidados básicos y especiales a cada uno de los pacientes del Refugio la milagrosa

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Cumplimiento de las actividades diarias de enfermería para el beneficio del adulto mayor.
Cuidar y velar por la salud de cada uno de los pacientes, dando cumplimiento a las órdenes medicas

ACTIVIDADES DE ENFERMERIA

1. Higiene del paciente.
2. Alimentación asistida.
3. Administración de medicamentos.
4. Desinfección de las camas.
5. Arreglo de la unidad de cada paciente.
6. Toma de signos vitales.
7. Curaciones.
8. Afeitar a los pacientes masculinos.
9. Cambio de pañal.
10. Corte de cabello y uñas
11. Preparación de medicamentos.
12. Arreglo de la ropa de cada paciente.
13. Identificación de los pacientes por cama

OBJECTIVO POR ACTIVIDAD

1. Ayudar al cuidado e integración de la piel de cada paciente mediante el baño del cuerpo en la ducha o en cama, Fortalecer y facilitar el aseo personal de cada paciente mediante el corte de cabello, previniendo lesiones en piel o infecciones a futuro.
2. Contribuir a la alimentación sana y complementaria para el adulto mayor reciba su nutrición requerida de acuerdo a su edad y su estado de salud.
3. Administración de medicamentos a cada paciente el cual es ordenado por el médico tratante de acuerdo al horario establecido.
4. Desinfección de cada unidad del paciente para minimizar el número de bacterias e infecciones que pueden ser ocasionadas por los fluidos corporales.
5. Arreglar la unidad para brindar una comodidad en el descanso de cada uno de los adultos.
6. Tomar y registrar las constantes vitales para controlar el estado de salud de cada paciente.
7. Curar las heridas de los pacientes con lesiones en las cuales se busca la cicatrización y la prevención de futuras lesiones.
8. Rasuración de los pacientes masculinos, para observar el estado de la piel y prevenir infecciones a futuras.
9. Preparación de los medicamentos de cada paciente de acuerdo a cada orden médica por horario.
10. Desinfección de las sillas de ruedas de los pacientes para su uso personal
11. Identificación de los pacientes por cama, teniendo en cuenta la valoración por la escala de Braden y Downton para mitigar el riesgo de ulceras por presión y riesgo de caída.

ASIGNACIONES DE ENFERMERIA

TURNOS	ACTIVIDAD
M= 07:00 – 15:00	Desinfección y arreglo de la unidad, glucometrias, administración de insulinas, asistencia en la alimentación,

	arreglo de ropa y paños para el baño de medio día (Inicia 12:30)
D= 07:00 – 17:00	Asistencia en la alimentación, arreglo de la unidad, cuidados básicos del adulto mayor (hidratación de piel, rasuración, corte de uñas, corte de cabello, etc)
T= 13:00 – 21:00	Cambio de pañal, preparación de suplementos, administración de medicamos de 20:00, aseo de la oficina de enfermería, asistencia en la alimentación.
N= 21:00 – 06:00	Administración de medicamentos, organización del baño y arreglo de ropa, desinfección de sillas de ruedas, preparación de medicamentos.
GENERAL	Diligencias médicas, entrega de turnos con los pacientes organizados de acuerdo al turno, notificación de novedades de cada uno.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

1. Higiene del paciente y cambio de pañal.



2. Alimentación asistida.



3. Administración de medicamentos.



4. Desinfección de las camas.



5. Arreglo de la unidad de cada paciente.



6. Toma de signos vitales.



7. Curaciones.



8. Afeitar a los pacientes masculinos.



9. Corte de cabello y uñas.



10. Preparación de medicamentos.



11. Arreglo de la ropa de cada paciente.



14. Identificación de los pacientes por cama



La Institución Refugio la Milagrosa cuenta con áreas físicamente independientes ofreciendo alojamiento las 24 horas del día a los Adultos Mayores. Es una institución sin ánimo de lucro, cuyo objetivo es brindar alberque a los Adultos Mayores que se encuentran desprotegidos familiar y socialmente.
Para atender con calidad a los beneficiarios. El Hogar diseño una infraestructura campestre, acogedora, que ofrezca tranquilidad y confort a todos los que en esta habitan.

- **Las habitaciones** son colectivas, con disposición de espacio suficiente para el desplazamiento del adulto mayor.
  Cada habitación cuenta con su respectiva dotación de camas, protectores plásticos, sabanas, tendidos de cama, almohadas, fundas, closet, interruptor de luz, abanicos, las ventanas proporcionan la iluminación y ventilación adecuada, las puertas son amplias para el desplazamiento de los adultos mayores en silla de ruedas y para el ingreso o salida de una camilla. Cada habitación cuenta con ducha de baño, retrete, lavamanos, la puerta de los baños son corredizas.

- **Área de salud:**

❖ **Consultorio médico:** Se cuenta con un consultorio médico limpio y dotado de una camilla, un lavamanos, un escritorio, computador para las historias clínicas, sillas, fonendoscopio, tensiómetro, martillo de reflejos, termómetro, bascula, linterna de mano, archivador de historias clínicas y registros, equipo para oxigenoterapia; para la valoración de médico general y especialistas que hacen su valoración periódica a los Adultos Mayores.

❖ **Área de enfermería:** El área de enfermería cuenta con su sala de curaciones, una zona de lavado para el material quirúrgico, sondas, guantes, pinzas. Un salón oficina donde se lleva los controles de enfermería como: notas de enfermería, registro de medicamentos, signos vitales. Está dotada de un escritorio, una camilla, tensiómetro, fonendoscopio, trípode para suero, sondas urológicas (Foley y Nelaton) botiquín vitrina para el almacenamiento de medicamentos, recipientes para material estéril: gasa, algodón, antisépticos, jeringas, mesón y lavamanos.

❖ **Área de Fisioterapia:** El área de fisioterapia cuenta con un lavamanos, sus camillas, caminadora eléctrica, gel conductual, electrodos, bandas elásticas, un equipo de ultrasonido, un tens portátil y un tens eléctrico, compresa caliente eléctrica, dos vibradores eléctricos, dos masajeadores eléctricos, un equipo de vacunoterapia, un equipo de nebulización y un humidificador, un equipo de parafina, balones, colchonetas, bastones, dos escaleras de dedos, barra paralela, una bicicleta estática, aparato manual prono supinador, etc.

❖ **Área de terapia Ocupacional**: El área de terapia ocupacional es grande, amplio y apto para la ejecución de las actividades. Cuenta con sus mesas grandes, sillas, lavamanos, retrete, y material necesario: pinturas, tijeras, pinceles, aros, loterías, colores, crayolas, pegante, cinta, papel iris, cartulina, block, juegos de mesa, CD, Grabadora, tablero, marcadores, etc.

❖ **Salón múltiple**: también es conocido como la sala de televisión donde los adultos mayores disfrutan de la mayoría de sus actividades. cuenta con un televisor, planta de sonido, sillas para la actividades sociales, culturales y recreativas.

❖ **Capilla:** En este lugar se desarrollan la mayoría de actividades relacionadas al ámbito espiritual (Teo terapia), cuenta con buena iluminación, su planta de sonido, altar, sagrario, bancas, imágenes de Santos. Se cuenta con la gracia de la Eucaristía todos los días.

- **Kiosco:** Esta área cuenta con mesas, sillas, baños y un lavamanos. En horas de la tarde los Adultos Mayores disfrutan de los juegos de mesa.

- **Área de Servicios generales:**

- **Comedores:** Contamos con dos comedores amplios, ventilados, con buena iluminación, cada comedor cuenta con sus respectivas mesas, sillas, lavamanos.

- **Cocina:** Está cerca del comedor dotada de todos los elementos necesarios como horno, estufa, neveras, refrigerador, congeladores, vajillas, ollas, y demás utensilios de cocina, mesones lavaplatos, mobiliario para el almacenamiento de los utensilios de cocina.

- **Despensa:** contamos con una despensa con aire acondicionado, buena iluminación y los recipientes necesarios para el almacenamiento y conservación de los alimentos.

- **Depósito de basuras:** Contamos con un depósito de basuras general con pisos, y paredes de fácil aseo, ubicado en un lugar ventilado con sus recipientes para la evacuación de las basuras a diario. En puntos estratégicos de la Institución se encuentran contenedores de basura para favorecer el orden y la limpieza que son evacuadas a diario hacia el depósito central.

- **Área para los utensilios de aseo:** el área de cocina maneja su propio cuarto de utilería para guardar y almacenar los utensilios de aseo con su poceta. Hay otra área general para guardar los utensilios de aseo con su poceta y lavadero.

- **Lavandería:** En la Institución Refugio la Milagrosa se ofrece el servicio de lavandería donde diariamente se realiza el lavado, secado, clasificación y entrega de la ropa limpia y organizada a cada Adulto Mayor y al personal de enfermería. El área de lavandería está dotada de instalaciones sanitarias e hidráulicas adecuadas para el lavado y planchado de ropa, las paredes y pisos están enchapados para su respectiva desinfección y limpieza.

- **Área administrativa:**

- ❖ **Oficinas:** contamos con un local destinado para la dirección y administración del Hogar dotado de muebles y enseres indispensables para la administración (archivo, estadística, contabilidad, información, etc.). Esta área cuenta con un recibidor para la acogida de las personas que llegan hasta este lugar, dotada de muebles y buena iluminación y ventilación.

- **Saneamiento básico:**

- ❖ **Los pisos:** son de fácil limpieza y desinfección sin desniveles ni obstáculos que puedan ocasionar accidentes por caídas de los adultos Mayores.

- ❖ **Condiciones generales de los cielos rasos:** los techos, paredes y muros son sólidos y resistentes a factores de la humedad en las áreas de cocina, comedor, consultorio médico, enfermería, lavandería, pasillos a dormitorios, salón múltiple, son de baldosín para su fácil desinfección y limpieza.

- ❖ **Tanques de abastecimiento:** Cada tres meses se realiza la limpieza y desinfección del tanque de reserva de agua.

- ❖ **Abastecimiento de Agua potable:** contamos con 4 filtros para el abastecimiento del agua potable.

- ❖ **Disposición de residuos sólidos:** Tres veces a la semana (lunes, jueves, sábado) se efectúa la recolección domiciliaria de estos residuos.

MANTENIMIENTO

Diariamente se realiza mantenimiento de las diferentes áreas del Refugio la Milagrosa como resanes de paredes, trabajo de plomería, redes eléctricas, pintura de fachada, mantenimiento de las zonas verdes, limpieza y desinfección de todas las dependencias de la institución: habitaciones, cocina, lavandería, comedores, consultorio médico, servicio enfermería, taller de terapia ocupacional, fisioterapia, salón múltiple, etc.

Refugio La Milagrosa

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 – 3158936405 Email: refulami@hotmail.com

COMPRA DE VESTUARIO Y DOTACIÓN DE SABANAS , CORTINAS ETC

La Institución Refugio la Milagrosa, compra dotación de vestuario como: Pijamas, Vestidos para mujeres, Pantalonetas, Suéteres, Camisas, pantalones, calzado etc de acuerdo a la necesidad de cada adulto mayor y también del presupuesto que se tenga; procuramos que ellos estén siempre bien presentados buscamos el bienestar del adulto mayor.

SERVICIO LABORATORIO CLINICO

Durante este periodo del 17 de junio al 16 de julio del presente año contamos con los servicios del laboratorio clínico Alicia Beatriz Gaviria Díaz donde se le solicita sus servicios según las necesidades de los Usuarios que considere pertinente remitir u ordenar la médica general de la Institución.

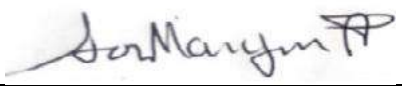
GASTOS ADMINISTRATIVOS

Mensualmente se realiza el pago de parafiscales, pago de factura servicio de agua, servicio de internet y telefonía, plan exequial adultos mayores, servicio de gas, nómina del personal de planta, papelería, combustible, gastos legales, seguros, impuestos, elementos aseo general, dotación empleados, mantenimiento a instalaciones.

Calle 24 No 50 – 34 Barrio Zaragocilla, teléfono 6699809 –
3158936405 Email: refulami@hotmail.com

ADULTOS MAYORES ATENDIDOS EN EL REFUGIO LA MILAGROSA EN ESTE PERIODO DEL 17 DE junio AL 16 DE julio DE 2023.

	NOMBRE	PRIMER APELLIDO	CC	FECHA DE NACIMIENT
1	ALVARO ANTONIO	BLANCO ROMERO	9.075.798	28/05/1945
2	DIMITRI LORENZO	COPEMANN WILLIAMS	13001D5870	
3	EDITH	MONTES DE ALBA	AS13001D0005	
4	EFRAIN	ATENCIO BELLO	17.840.383	5/11/1943
5	FELIX	MARDINI LOPEZ	9.047.471	27/02/1941
6	FRANCISCO	VIVEROS HURTADO	6.151.432	15/05/1941
7	GLENIA	RODRIGUEZ TOVAR	33.165.624	5/06/1944
8	HECTOR ENRIQUE	ALVAREZ CONTRERAS	1.043.637.936	28/01/1941
9	ISRAEL	TAPIAS RODRIGUEZ	773.817	10/02/1937
10	JAIRO	CARDOZO BLANCO	73.082.235	4/08/1959
11	JOSE FRANCISCO	RAMIREZ CANOLE	73.074.441	13/09/1957
12	JULIO	MARTINEZ IREGUY	73.114.716	28/05/1962
13	JUANA DE LA CRUZ	MOLINA BARRIOS	33.150.883	31/08/1953
14	LEONILDE	BARBOZA ARGUELLO	22.765.408	19/04/1937
15	LUIS ALBERTO	OROZCO PAYARES	9.068.888	15/02/1944
16	MARIA	JULIO JULIO	22.259.569	17/11/1932
17	MAURICIO	OSPINA MORENO	73.117.932	14/02/1964
18	OSVALDO ANTONIO	GAVIRIA ZAPATA	518.739	27/09/1931
19	WALBERTO	BATISTA PUELLO	13001D0065	1/02/1960
20	WILSON	DE LA CRUZ	13001D0890	22/07/1950

CONTRATISTA	ALCALDIA MAYOR DE CARTAGENA CONVENIO N. 06-2023
FIRMA: 	**FIRMA:**
NOMBRE: Sor MARYEN AMAYA PINTO **CEDULA: 28.272.244 Onzaga (Santander)** **Representante Legal Refugio la Milagrosa**	**NOMBRE:**